AEG PWI 4914 FA

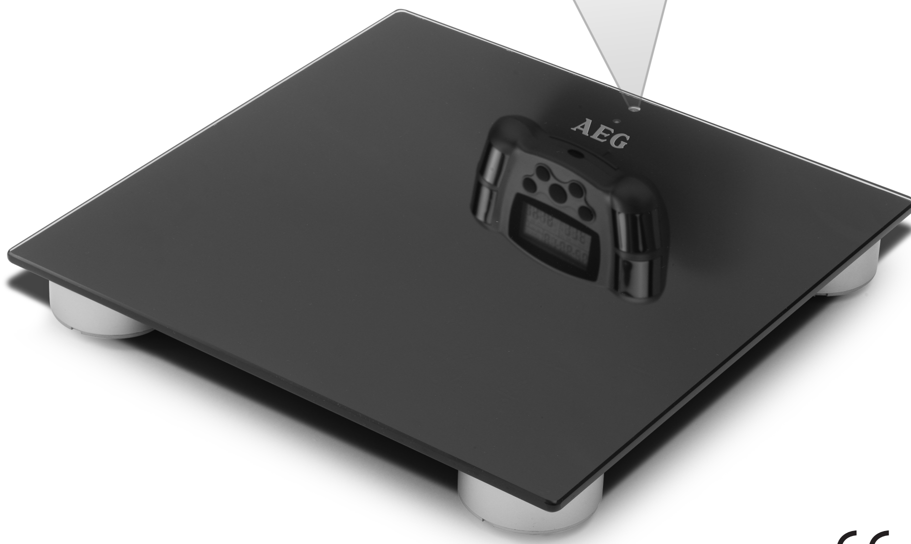
Bedienungsanleitung/Garantie

Gebruiksaanwijzing/Garantie • Mode d'emploi/Garantie
Istruzioni per l'uso/Garanzia • Instrucciones de servicio/Garantía
Manual de instruções/Garantia • Instruction Manual/Guarantee
Bruksanvisning/Garanti • Instrukcja obsługi/Gwarancja
Návod k použití/Záruka • A használati utasítás/garancia
Руководство по эксплуатации/Гарантия

Infrarot-Körperanalysewaage

Infrarode lichaamsanalyseweegschaal • Balance impédancemètre à infrarouge • Bilancia per l'analisi del corpo a raggi infrarossi • Báscula impedancímetro con infrarrojos • Balança infravermelha para análise de gorura do corpo • Infrared Body Analysis Scale • Infrarød kroppsanalysevekt • Waga na podczerwień z funkcją analizy • Infračervená osobní váha s analyzátorem tělesného tuku • Infravörös testelemző mérleg • Инфракрасные весы анализатор организма





CE

Inhalt

Inhoud · Sommaire · Indice · Índice · Índice · Contents
Innhold · Spis treści · Obsah · Tartalom · Содержание

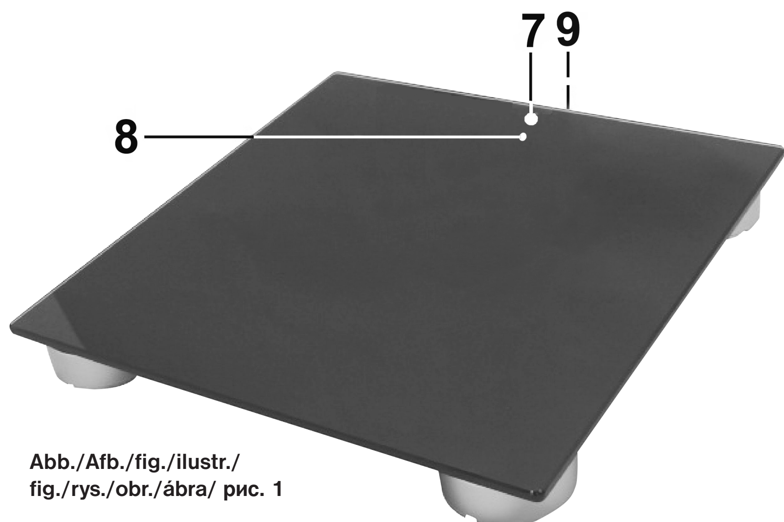


Abb./Afb./fig./ilustr./
fig./rys./obr./ábra/ рис. 1

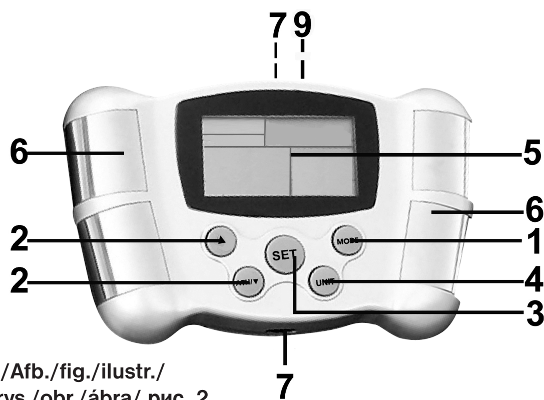


Abb./Afb./fig./ilustr./
fig./rys./obr./ábra/ рис. 2

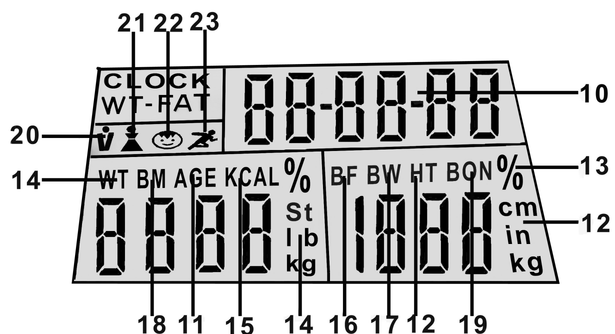


Abb./Afb./fig./ilustr./
fig./rys./obr./ábra/ рис. 3



Allgemeine Sicherheitshinweise

- Lesen Sie vor Inbetriebnahme dieses Gerätes die Bedienungsanleitung sehr sorgfältig durch und bewahren Sie diese inkl. Garantieschein, Kassenbon und nach Möglichkeit den Karton mit Innenverpackung gut auf.
- Benutzen Sie das Gerät ausschließlich für den privaten und den dafür vorgesehenen Zweck. Dieses Gerät ist nicht für den gewerblichen Gebrauch bestimmt. Benutzen Sie es nicht im Freien (außer es ist für den bedingten Einsatz im Freien vorgesehen). Halten Sie es vor Hitze, direkter Sonneneinstrahlung, Feuchtigkeit (auf keinen Fall in Flüssigkeiten tauchen) und scharfen Kanten fern. Benutzen Sie das Gerät nicht mit feuchten Händen.
- Prüfen Sie das Gerät regelmäßig auf Schäden. Ein beschädigtes Gerät bitte nicht in Betrieb nehmen.
- Reparieren Sie das Gerät nicht selbst, sondern suchen Sie bitte einen autorisierten Fachmann auf.
- Beachten Sie bitte die nachfolgenden "Speziellen Sicherheitshinweise…".

Kinder und gebrechliche Personen

- Zur Sicherheit Ihrer Kinder lassen Sie keine Verpackungsteile (Plastikbeutel, Karton, Styropor, etc.) erreichbar liegen. **Achtung!** Lassen Sie kleine Kinder nicht mit Folie spielen.
  Es besteht Erstickungsgefahr!
- Um Kinder oder gebrechliche Personen vor den Gefahren elektrischer Geräte zu schützen, beachten Sie, das dieses Gerät nur unter Aufsicht verwendet wird. Dieses Gerät ist kein Spielzeug. Lassen Sie kleine Kinder **nicht** damit spielen.

Spezielle Sicherheitshinweise

- Die Körperfett-Analysewaage ist für folgenden Personenkreis nicht geeignet:
  - Kinder unter 6 Jahren
  - Personen mit Symptomen von Fieber, Ödemen oder Osteoporose
  - Personen in Dialysebehandlung
  - Personen, die kardiovaskuläre Medikamente einnehmen
  - Schwangere
  - Personen mit einer Herzfrequenz von unter 60 Schlägen/Minute
- Das Gerät ist für ein maximales Körpergewicht von 150 kg (330,7 lb.) ausgelegt! Ein größeres Gewicht kann das Gerät zerstören!

Übersicht der Bedienelemente

1 **MODE** Einschalttaste
2 **P/▲ / ATH/▼** Tasten zur Auswahl
3 **SET** Speichertaste für persönliche Werte
4 **UNIT** Taste (Einstellung)
5 LCD Display
6 Kontaktflächen (Display)
7 Infrarotleuchte
8 Kontrollleuchte

Rückseite
9 Batteriefach

Anzeige Display
10 Speicherplatz/Datum
11 Alter (**AGE**)
12 **HT** Körpergröße cm / in(ch)
13 Prozentanteil – Körperfett / Körperwasser / Muskelmasse
14 **WT** Körpergewicht kg, lb. St:
15 Kalorienbedarf **KCAL**
16 Anzeige Körperfett **BF**
17 Anzeige Körperwasser **BW**
18 Anzeige Muskelmasse **BM**
19 Anzeige **BON** Knochengewicht
20 Männlich
21 Weiblich
22 Kind
23 Symbol „Sportler“

Hinweise zum Umgang mit Batterien

- Halten Sie Batterien von Kindern fern. Sie sind **kein** Spielzeug!
- Werfen Sie Batterien niemals ins Feuer, nicht in Wasser tauchen.
- Achten Sie beim Einlegen der Batterie auf die Polarität.

- Öffnen Sie Batterien nicht gewaltsam.
- Vermeiden Sie den Kontakt zu metallischen Gegenständen. (Ringe, Nägel, Schrauben usw.) Es besteht **Kurzschlussgefahr!**
- Durch einen Kurzschluss können sich Batterien stark erhitzen oder evtl. sogar entzünden. Verbrennungen können die Folge sein.
- Zu Ihrer Sicherheit sollten die Batteriepole beim Transport mit Klebestreifen überdeckt werden.
- Falls eine Batterie ausläuft, die Flüssigkeit nicht in die Augen oder Schleimhäute reiben. Bei Berührung die Hände waschen, die Augen mit klarem Wasser spülen, und bei anhaltenden Beschwerden einen Arzt aufsuchen.
- Verbrauchte Batterien gehören nicht in den Hausmüll. Bringen Sie alte Batterien zu einer vorgesehenen Sammelstelle.

Deutschland

Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien/Akkus zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien/Akkus überall dort unentgeltlich abgeben, wo die Batterien/Akkus gekauft wurden, ebenso bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Stadt oder Gemeinde.

Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien/Akkus:



Pb = enthält Blei
Cd = enthält Cadmium
Hg = enthält Quecksilber
Li = enthält Lithium

Einlegen der Batterien (nicht im Lieferumfang enthalten)

1. Öffnen Sie das Batteriefach auf der Rückseite der Waage und des LCD Displays.
2. Legen Sie jeweils 3 Batterien des Typs AM4 „AAA“ 1,5V ein. Achten Sie auf die richtige Polarität (siehe Batteriefachboden)!
3. Schließen Sie das Batteriefach wieder.
4. Wird das Gerät längere Zeit nicht benutzt, nehmen Sie bitte die Batterie aus dem Gerät, um ein „Auslaufen“ von Batteriesäure zu vermeiden.
5. Ungleiche Batterietypen oder neue und gebrauchte Batterien dürfen nicht zusammen verwendet werden.
6. Sollte im Laufe der Anwendung im Display die Meldung „Lo-1“ (LCD Display) bzw. „Lo-2“ (Waage) für Batteriemangel erscheinen, wechseln Sie die Batterien aus.

 **Achtung!**
Batterien gehören nicht in den Hausmüll. Bitte geben Sie verbrauchte Batterien bei zuständigen Sammelstellen oder beim Händler ab.

 **Warnung!**
Setzen Sie Batterien keiner hohen Wärme oder dem direkten Sonnenlicht aus. Werfen Sie Batterien niemals ins Feuer. Es besteht **Explosionsgefahr!**

Wandmontage

 **Achtung:** Das LCD Display eignet sich auch für die Wandmontage. Mit Hilfe des beigelegten Befestigungsmaterials befestigen Sie das LCD Display an die Wand. Hängen Sie das Display dort auf, wo Sie es bequem und sicher bedienen können. Montieren Sie zuerst die Montageplatte, nehmen Sie die Platte als Markierungshilfe dazu. Richten Sie die Montageplatte mit Hilfe einer Wasserwaage aus und zeichnen Sie die drei Löcher an die Wand an. Bohren Sie in diesem Abstand drei Löcher. Vergewissern Sie sich vorher, ob Sie nicht Leitungen beschädigen die sich in der Wand verbergen! Hängen Sie das Display (2 Haken) in die Montageplatte ein.

Information zur Körperfettmessung

Personen, die einen Herzschrittmacher oder ein anderes medizinisches Implantat mit elektronischen Bauteilen verwenden, ist vom Gebrauch dieser Waage abzuraten. Die Leistung des Implantats kann dadurch gefährdet bzw. beeinträchtigt werden.

Das Gerät kann nur korrekt funktionieren, wenn Sie barfuss und mit trockenen Füßen auf den Kontaktflächen stehen!

Das Grundprinzip dieses Geräts basiert auf der Messung der elektrischen Impedanz des Körpers. Dazu lässt das Gerät ein schwaches, nicht spürbares, elektrisches Signal durch Ihren Körper fließen, um so die aktuellen Werte des Körpers zu ermitteln. Das Signal ist im allgemeinen völlig ungefährlich! Betrachten Sie hierzu trotzdem unsere speziellen Sicherheitshinweise!Die Messung ist unter dem Begriff der „Bioelektrischen Impedanzanalyse“ (BIA) bekannt, einem Faktor, der mit Körperfett- und Körperwasseranteil zusammenhängt und mit anderen biologischen Daten (Alter, Geschlecht, Körpergröße) in Beziehung steht.

Es gibt schwere Menschen, die ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Fett- und Muskelmasse haben und es gibt scheinbar schlanke Menschen mit deutlich erhöhten Körperfettwerten. Fett ist ein Faktor, der erheblich zur Belastung des Organismus, insbesondere des Herz-Kreislauf-Systems, beiträgt. Die Kontrolle beider Werte (Fett und Gewicht) sind deshalb Grundvoraussetzung für Gesundheit und Fitness.

Körperfett

Körperfett ist ein wichtiger Bestandteil des Organismus. Vom Schutz der Gelenke über Vitaminspeicher bis hin zur Reglung der Körpertemperatur übernimmt Fett eine wichtige Aufgabe im Körper. Ziel ist also nicht den Körperfettanteil radikal zu reduzieren, sondern ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Muskelmasse und Fettmasse zu erreichen und es zu halten.

Die Bedeutung des Wassers für unsere Gesundheit

Der menschliche Organismus besteht zu etwa 55-60% aus Wasser, je nach Alter und Geschlecht in unterschiedlicher Menge.
Wasser hat eine Reihe von Aufgaben im Körper zu erfüllen:
Es ist Baustein unserer Zellen. Das bedeutet, dass alle Zellen des Körpers, ob Haut-, Drüsen-, Muskel-, Gehirnzellen oder andere, nur dann funktionstüchtig sind, wenn Sie genügend Wasser enthalten.
Es ist Lösungsmittel für wichtige Substanzen in unserem Organismus.
Es ist Transportmittel für Nährstoffe, körpereigene Substanzen und Stoffwechselprodukte.

Anhaltswerte für Ihr Fitnessprofil entnehmen Sie der Richtwerttabelle. Sie zeigt die Abhängigkeit der Körperfettwerte vom Alter und vom Geschlecht. Beachten Sie dabei immer, dass wie beim Wasserhaushalt im Körper, auch der Fettanteil innerhalb des Tages starken Schwankungen unterliegt. Messen Sie deshalb immer zur selben Tageszeit um einen vergleichbaren Wert zu erhalten.

Die errechneten Messergebnisse des Körperfett- und Körperwasseranteils sind nur Referenzwerte. Sie sind nicht zum Gebrauch für medizinische Zwecke zu empfehlen.
Bitte lassen Sie sich immer von Ihrem Arzt beraten, wenn Sie Fragen zu einer medizinischen Behandlung oder einer Diät zur Erreichung des Normalgewichts haben.

Technische Merkmale

Speichervoreinstellung:

Speicher	Geschlecht	Größe	Alter (AGE)
01	männlich	170 cm (67.0 in (inch))	30

Speicherplätze:	16
Größeneinstellung:	von 80 bis 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Alter:	von 6 bis 100 Jahren
Mindestgewicht:	ab 2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Höchstgewicht:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Auflösung bei Gewichtsmessung:	100 g Schritte
Körperfett-Einteilung:	0,1%
Körperfett-Messbereich:	1,0%–60,0%
Körperwasser-Messbereich:	20,0%–75,0%
Muskelmasse-Messbereich:	10,0%-50,0%
Kalorien-Messbereich:	0-9999 Kcal.
Kalorien-Einteilung:	1 Kcal.
Zeiteinteilung:	24 Stunden
Zul. Aufbewahrungstemperatur:	–10 °C bis +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Kalender:	2000-2099
Übertragungsentfernung:	max. 2m
Messgenauigkeit fürs Gewicht:	+/- 500g (+/- 11lb)

Richtlinie des Körperfett-Anteils in Prozente

Alter (Jahre)	**Frauen**				**Männer**			
	Unter-gewicht	Normal	leichtes Über-gewicht	Über-gewicht	Unter-gewicht	Normal	leichtes Über-gewicht	Über-gewicht
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
über 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Alter (Jahre)	**Frauen**			**Männer**		
	dünn/ mager	normal	dick/ fett	dünn/ mager	normal	dick/ fett
Sportler 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Richtlinie des Körperwasser-, Muskel- Knochenanteils in Prozente vom Körpergewicht und den Kalorienbedarf, um den Tagesbedarf zu decken:

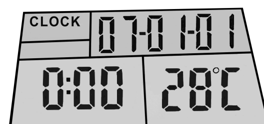
Beispiel zum Errechnen des Knochenanteils:
Ein Mann wiegt 70 kg und ist 35 Jahre alt. Das ermittelte Knochengewicht beträgt 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Alter (Jahre)	**Frauen** Normalwerte				**Männer** Normalwerte			
	Wasser	**Muskel**	**Knochen**	**Kalorien (kcal)**	**Wasser**	**Muskel**	**Knochen**	**Kalorien (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
über 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Sportler 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Hinweis: Aufgrund von großen Schwankungen des Körperfettanteils ist es schwierig einen Richtwert zu bekommen. Im Durchschnitt liegt bei einem Erwachsenen Menschen die optimale Messzeit zwischen 18 und 20 Uhr, da in diesem Zeitraum der Fettanteil sehr gleichmäßig bleibt!

Uhrzeit und Datum einstellen

Nachdem Sie die Batterien in das Display gelegt haben, erscheinen auf dem LCD-Display immer die Uhrzeit, das Datum, CLOCK und die aktuelle Umgebungstemperatur (Abb. 4). Stellen Sie die Uhrzeit, wie unten beschrieben, ein:



(Abb. 4)

Drücken Sie die **SET** Taste, um die Uhrzeit einzustellen. Im LCD-Display blinkt zunächst das Jahr. Drücken Sie entweder die **P/▲** oder **ATH/▼** Taste. Wenn sie die **P/▲** oder die **ATH/▼** Taste gedrückt halten setzt ein Schnelllauf ein. Durch Drücken der **SET** Taste, wechselt die Anzeige immer zur nächsten Einstellung. Stellen Sie mit den **P/▲ / ATH/▼** Tasten den Monat, den Tag, die Stunden und die Minuten ein. Bestätigen Sie die letzte Eingabe mit der **SET** Taste und die Temperaturanzeige in °C bzw. °F erscheint. Durch Druck auf die **UNIT** Taste, wechselt die Anzeige von °C nach °F.
Die Daten müssen neu eingestellt werden, wenn die Batterien aus dem Display genommen werden oder ein Batteriewechsel nötig ist.

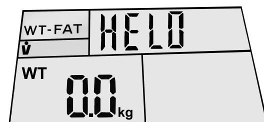
Inbetriebnahme

Reine Wiegefunktion
Stellen Sie die Personenwaage auf einen harten, flachen Untergrund (vermeiden Sie Teppichboden). Unebener Boden führt zu Ungenauigkeiten.

1. Schalten Sie die Waage durch leichten Druck, mit dem Fuß bzw. der Fußspitze auf der Glasfläche, ein. Eine rote Kontrollleuchte leuchtet und signalisiert, dass das

Gerät noch nicht bereit ist. Die Funktionsfähigkeit wird durch eine grüne Kontrollleuchte angezeigt. Schalten Sie das Display mit der **MODE** Taste ein.
Im LCD Display erscheint „8888“, WT-FAT, HELO und WT (Weight-Gewicht).

2. Im Display (5) erscheint nach einigen Sekunden „WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)“ (Abb. 5).



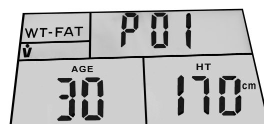
(Abb. 5)

3. Ist die Waage nicht eingeschaltet, sehen Sie „WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)“ im LCD Display.
4. Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Waage. Verteilen Sie Ihr Gewicht gleichmäßig und warten Sie, während die Waage Ihr Gewicht berechnet. Halten Sie das Display senkrecht oder waagerecht über die Infrarotleuchte an der Waage.
5. Die Anzeige im Display blinkt zunächst 2 x und dann wird Ihr genaues Gewicht angezeigt. Beim Verlassen der Waage schaltet sich diese nach ca. 20 Sekunden automatisch ab.

Programmieren der persönlichen Daten

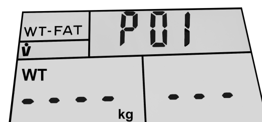
Hinweis: Sie sollten die folgenden Schritte aufeinanderfolgend und innerhalb einiger Sekunden durchführen, da ansonsten das Gerät den Programmiermodus automatisch abbricht!

1. Zum Einschalten des Displays drücken Sie die **MODE** Taste. Warten Sie bitte, bis die Anzeige „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)“ angezeigt wird. Wählen Sie, durch Druck auf die **UNIT** Taste, die Einstellung kg, lb. oder St:.
2. Betätigen Sie erneut die **MODE** Taste. Drücken Sie anschließend die **SET** Taste, um in den Programmiermodus zu gelangen. Auf dem LCD-Display erscheint „**SEt**“, dann blinkt die Anzeige „**P** 01“ (Speicherplatz), das voreingestellte Symbol für „männlich“ und die voreingestellte Größe in cm (in.) wird angezeigt (Abb.6).



(Abb. 6)

3. Wählen Sie mit den **P/▲ / ATH/▼** Tasten einen Speicherplatz aus.
4. Drücken Sie anschließend die **SET** Taste, das Display wechselt zur nächsten Einstellung.
5. Im Display blinkt das Symbol für „männlich“. Wählen Sie mit den Tasten **P/▲ / ATH/▼** eine Einstellung aus (männlich oder weiblich).
6. Drücken Sie erneut die **SET** Taste, um in die Einstellung „Körpergröße“ zu gelangen. Die Anzeige „170“ (67.0) blinkt. Wählen Sie mit den Tasten **P/▲ / ATH/▼** einen Wert zwischen 80 (31.5 in) und 240 cm (94.5 in) aus.
7. Drücken Sie erneut die **SET** Taste, um in die Einstellung AGE (Alter) zu gelangen. Die Anzeige „30“ blinkt. Die **ATH/▼** oder die **P/▲** Taste gedrückt halten setzt ein Schnelllauf ein. Wählen Sie mit den Tasten **P/▲ / ATH/▼** einen Wert zwischen 6 und 100 Jahren aus. Liegt das Alter unter 16 Jahren, wird im Display, neben den Symbolen männlich oder weiblich, ein Kindergesicht eingeblendet.
8. Drücken Sie erneut die **SET** Taste erscheinen der Speicherplatz, das Geschlecht, das Alter und die eingestellte Körpergröße für wenige Sekunden im LCD-Display, danach wechselt die Anzeige auf „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) und - - - (HT)“. Ist die Waage nicht eingeschaltet, erscheint die Anzeige, wie auf Abb. 7.



(Abb. 7)

a. Drücken Sie die **MODE** Taste, 3mal um sich alle Einstellungen noch einmal anzusehen. Die Anzeige Abb. 6 muss sichtbar sein.
b. Möchten Sie Änderungen vornehmen, drücken Sie die **MODE** Taste bis die Abb. 6 erscheint. Durch Druck auf die **P/▲** Taste gelangen Sie in den Auswahlmodus. Wählen Sie nun mit den Tasten **P/▲ /ATH/▼**

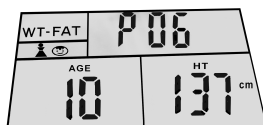
den Speicherplatz aus den Sie ändern möchten (Anzeige blinkt), und drücken Sie die **SET** Taste. Gehen Sie weiter wie unter Pkt 4-6 beschrieben.

c. Warten Sie länger als 15 Sekunden, ohne eine Tätigkeit, wechselt das LCD-Display zurück zur Uhrzeit.

Ihre persönlichen Werte sind nun auf dem ausgewählten Speicherplatz gespeichert. Sie haben insgesamt 16 Speicherplätze zur Verfügung. Sie haben somit die Möglichkeit auf 15 weiteren Speicherplätze zu Ihren auch die persönlichen Werte anderer Familienmitglieder zu speichern.

Bestimmung des Körper – und des Knochengewichts, des Körperfett-, Muskel- und des Körperwasseranteils
Speichern Sie zuvor Ihre persönlichen Daten auf einen Speicherplatz.
Zum Einschalten drücken Sie ,wie oben beschrieben, auf die Waage. Drücken Sie die **MODE** Einschalttaste, die Anzeige wird, wie auf Abb. 5, sichtbar. Drücken Sie erneut die **MODE** Taste. Durch Druck auf die **P/▲** Taste gelangen Sie in den Auswahlmodus. Wählen Sie mit den **P/▲ /ATH/▼** Tasten Ihren Speicherplatz, auf dem Ihre Daten gespeichert sind.

- Im Display erscheinen zuerst gespeicherten Daten, wie Speicherplatznummer (blinkt), das Geschlecht, das Alter (AGE) und die Köpergröße (HT). Anschließend wird im Display, „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) und -.- - (HT)“ angezeigt.
  In diesem Fall ist die Person: 10 Jahre alt, weiblich und 137 cm lang und belegt den Speicherplatz 6.



(Abb. 8)

Sportler-Symbol
Unter diese Gruppe fallen Personen, die sich mindestens 10 Stunden in der Woche sportlich betätigen und eine Herzfrequenz von ca. 60 Schlägen/min oder niedriger haben.
Die Richtlinien sind nicht für professionelle Sportler vorgesehen, wie z.B. Bodybuilder.

- Wird im Display „WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) und -.- - (HT)“ angezeigt und Ihr Alter zwischen 16 und 50 Jahren liegt, leuchtet nach dem Betätigen der **ATH/▼** Taste, das Sportler-Symbol auf.

- Stellen Sie sich bitte nun auf die Waage. Nehmen Sie das LCD Display in beide Hände und umschließen bzw. berühren Sie die Kontaktflächen mit den Händen.
- Warten Sie bitte bis der Messprozess abgeschlossen ist, die Gewichtsanzeige im Display blinkt 1 x.
- Das Display zeigt dann nach wenigen Sekunden, ihr ermitteltes Gewicht, Ihren Körperfett-Prozentsatz (Symbol „BF %“), gefolgt vom dem Muskelmasse-Anteil („BM %“), an. Des Weiteren ermittelt die Waage den Körperwasser-Prozentsatz („BW %“) den benötigen Kalorienbedarf für den Tag (KCAL) und das Knochengewicht in kg/ lb. St: (BON / kg (lb., St:)).
- Nachfolgend werden die ermittelten Werte in der LCD-Anzeige 2x in der angegebenen Reihenfolge angezeigt. Dann schaltet das Display automatisch um, bzw. nach einigen Sekunden wieder zur Uhrzeit.

Hinweis:
Es werden nur die persönlichen Daten der einzelnen Personen gespeichert, wie z. B. das Alter, die Körpergröße usw. Die ermittelten Werte wie Körpergewicht, Kalorienbedarf usw. werden nur einmalig angezeigt.

Displayanzeigen und Fehlermeldungen

Allgemeines
Erscheint auf dem Display eine Fehlermeldung (Err), warten Sie bis sich das Gerät ausschaltet. Schalten Sie dann wieder ein, um den Betrieb wieder aufzunehmen.
Für ein komplettes Zurückstellen (Reset) entfernen Sie für einen Moment die Batterien und schließen diese dann wieder an.

Meldungen

- Einschalten: Alle Segmente leuchten gleichzeitig auf. Dies ist eine Kontrolle für die einwandfreie Funktion der Anzeigen.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“: Das zu messende Gewicht ist zu gering. Es ist kein einwandfreier Betrieb möglich. Die Waage ist nicht eingeschaltet
- „Err“: Der errechnete Körperfett/Körperwasser-%-Anteil liegt über dem oberen bzw. unter dem unteren Grenzwert des Messbereichs. Die Messung wurde abgebrochen bevor der Messprozess abgeschlossen war, bzw. es konnte keine Messung durchgeführt werden.
- „0-Ld“: Wenn die Anzeige „0-Ld“ zeigt, liegt das Gewicht über 150 kg. Belasten Sie das Gerät nicht mit mehr als angegeben, um Schäden am Gerät und am Sensor zu vermeiden.
  - Stellen Sie die Waage auf einen ebenen, harten Untergrund.
- „Lo-1“ Der Batterieladezustand im Display ist zu niedrig.
- „Lo-2“ Der Batterieladezustand der Waage ist zu niedrig.

Tipps zur Anwendung und Pflege

- Wiegen Sie sich ohne Kleider und Schuhe vor einer Mahlzeit und immer zur gleichen Zeit an einem Tag.
- Die Waage rundet auf und ab bis zum nächsten 100g-Schritt.
- Wenn Sie sich zweimal wiegen und zwei verschiedene Angaben erhalten, dann liegt Ihr Gewicht zwischen den beiden Werten.
- Die Waage nicht ins Wasser tauchen, dies könnte die Elektronik zerstören.
- Entfernen Sie die Batterien, wenn die Waage für einen längeren Zeitraum nicht benutzt wird.
- Behandeln Sie die Waage mit Vorsicht, denn sie ist ein Messinstrument. Lassen Sie sie nicht fallen und springen Sie nicht darauf.
- Das Gerät ist vollständig wartungsfrei.
- Belasten Sie das Gerät nicht mit mehr als 150 kg (330,7 lb./23,62 St:), um Schäden am Gerät zu vermeiden.

Reinigung

- Reinigen Sie dir Waage bzw. die Trittfläche und das Display mit einem leicht feuchten, nicht nassen, Tuch. Achten Sie darauf, dass keine Feuchtigkeit, bzw. Flüssigkeit in die Geräte eindringt!
- Verwenden Sie keine scharfen Zusatzmittel! Diese können das Gehäuse des Gerätes beschädigen!
- Als Zusatzmittel können Sie ein handelsübliches Spülmittel oder eine einfache Seife verwenden.
- Trocknen Sie die Teile nach der Reinigung mit einem trockenen, weichen Tuch gut ab.

Konformitätserklärung

Hiermit erklärt die Firma ETV Elektro-Technische Vertriebsgesellschaft mbH, dass sich das Gerät PWI 4914 FA in Übereinstimmung mit den grundlegenden Anforderungen der europäischen Richtlinie für elektromagnetische Verträglichkeit (2004/108/EG) befindet.



Garantie

Wir übernehmen für das von uns vertriebene Gerät eine Garantie von 24 Monaten ab Kaufdatum (Kassenbon).

Innerhalb der Garantiezeit beseitigen wir unentgeltlich die Mängel des Gerätes oder des Zubehörs, die auf Material- oder Herstellungsfehler beruhen, durch Reparatur oder, nach unserem Ermessen, durch Umtausch. Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist, noch beginnt dadurch ein Anspruch auf eine neue Garantie!

Als Garantienachweis gilt der Kaufbeleg. Ohne diesen Nachweis kann ein kostenloser Austausch oder eine kostenlose Reparatur nicht erfolgen.

Im Garantiefall geben Sie bitte das komplette Gerät in der Originalverpackung zusammen mit dem Kassenbon an Ihren Händler.

Sowohl Defekte an Verbrauchszubehör bzw. Verschleißteilen, als auch Reinigung, Wartung oder der Austausch von Verschleißteilen, fallen nicht unter die Garantie und sind deshalb kostenpflichtig!

Die Garantie erlischt bei Fremdeingriff.

Nach der Garantie

Nach Ablauf der Garantiezeit können Reparaturen kostenpflichtig vom entsprechenden Fachhandel oder Reparaturservice ausgeführt werden.

Bedeutung des Symbols „Mülltonne“



Schonen Sie unsere Umwelt, Elektrogeräte gehören nicht in den Hausmüll.

Nutzen Sie die für die Entsorgung von Elektrogeräten vorgesehenen Sammelstellen und geben dort Ihre Elektrogeräte ab, die Sie nicht mehr benutzen werden.

Sie helfen damit die potenziellen Auswirkungen, durch falsche Entsorgung, auf die Umwelt und die menschliche Gesundheit zu vermeiden.

Sie leisten damit Ihren Beitrag zur Wiederverwertung, zum Recycling und zu anderen Formen der Verwertung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten.

Informationen, wo die Geräte zu Entsorgen sind, erhalten Sie über Ihre Kommunen oder die Gemeindeverwaltungen.

Technische Daten

Modell:	PWI 4914 FA
Spannungsversorgung:	2 x 3 1,5V AAA
Min/Max. Gewichtsbelastung:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Nettogewicht der Waage:	2,4 kg

Algemene veiligheidsinstructies

- Lees vóór de ingebruikname van dit apparaat de handleiding uiterst zorgvuldig door en bewaar deze goed, samen met het garantiebewijs, de kassabon en zo mogelijk de doos met de binnenverpakking.
- Gebruik het apparaat uitsluitend privé en uitsluitend voor de voorgeschreven toepassing. Dit apparaat is niet geschikt voor commercieel gebruik (tenzij het bedoeld is voor beperkt gebruik in de buitenlucht). Bescherm het tegen hitte, directe zonnestralen, vocht (i geen geval in vloeistoffen dompelen) en scherpe kanten. Gebruik het apparaat niet met vochtige handen.
- Controleer regelmatig of het apparaat beschadigingen vertoont. Een beschadigd apparaat mag niet in gebruik worden genomen.
- Repareer het apparaat nooit zelf, maar breng het naar een geautoriseerde vakman.
- Neem de onderstaande „Speciale veiligheidsinstructies“ in acht.

Kinderen en gebrekkige personen

- Laat om veiligheidsredenen geen verpakkingsdelen (plasticzak, doos, piepschuim, enz.) binnen het bereik van uw kinderen liggen.
  Let op! Laat kleine kinderen niet met de folie spelen.
  Er bestaat **gevaar voor verstikking!**
- Waarborg dat het apparaat alléén onder toezicht wordt gebruikt om kinderen of gebrekkige personen tegen degevaren van elektrische apparaten te beschermen. Dit apparaat is geen speelgoed. Laat kleine kinderen hier **niet** mee spelen.

Speciale veiligheidsinstructies

- De lichaamsvet-analyseweegschaal is niet geschikt voor de volgende personen:
  - Kinderen jonger dan 6 jaar
  - personen met symptomen van koorts, oedemen of osteoporose
  - personen in dialysebehandeling
  - personen die cardiovasculaire medicijnen nemen
  - zwangeren
  - personen met een hartfrequentie van minder dan 60 slagen per minuut
- Het apparaat is geconcipieerd voor een lichaamsgewicht van maximaal 150 kg (330,7 lb.)! Hogere gewichten kunnen de weegschaal onherstelbaar beschadigen!

Overzicht van de bedieningselementen

1 **Mode** Inschakeltoets
2 **P/▲ / ATH/▼** Toetsen voor de selectie
3 **SET** Opslagtoets voor persoonlijke waarden
4 **UNIT** toets (instelling)
5 LCD Display
6 Contactoppervlakken (display)
7 Infrarode lamp
8 Controlelamp

Achterkant

9 Batterijvakje

Display

10 Geheugenplaats/datum
11 Leeftijd (**AGE**)
12 **HT** lichaamslengte in cm/in(ch)
13 Procentueel aandeel – lichaamsvet/lichaamswater/spierenmassa
14 **WT** lichaamsgewicht kg, lb. St:
15 Vereiste calorieën **KCAL**
16 Weergave lichaamsvet **BF**
17 Weergave lichaamsvocht **BW**
18 Weergave spierenmassa **BM**
19 Weergave **BON** bottengewicht
20 Mannelijk
21 Vrouwelijk
22 Kind
23 Symbool „Sporter“

Aanwijzingen voor de omgang met batterijen

- Houd batterijen verwijderd van kinderen. Ze zijn **géén** speelgoed!
- Gooi batterijen nooit in het vuur en dompel ze niet onder water.
- Let bij het plaatsen van de batterijen op de juiste polariteit.
- Open batterijen niet met geweld.
- Vermijd het contact met metalen voor-

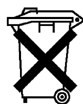
werpen (ringen, spijkers, schroeven enz.). Er bestaat **gevaar voor kortsluiting**!

- Door een kortsluiting kunnen batterijen zeer heet worden of eventueel zelfs in brand raken. Verbrandingen kunnen het gevolg zijn.
- Voor uw eigen veiligheid dient u de batterijpolen tijdens het transport met plakband af te dekken.
- Wanneer een batterij lekt, dient u op te letten dat de vloeistof niet in contact komt met uw ogen of slijmvliezen. Bij contact met de vloeistof dient u de handen te wassen, de ogen uit te spoelen met schoon water en bij aanhoudende klachten een arts te raadplegen.
- Verbruikte batterijen horen niet in het huisafval. Geef oude batterijen af bij een daarvoor bestemd verzamelpunt.

Duitsland:

- Als verbruiker bent u wettelijk verplicht, verbruikte batterijen/accu's terug te geven.
- U kunt uw oude batterijen/accu's niet alleen kosteloos afgeven in de winkels waar batterijen/accu's kunnen worden gekocht, maar ook bij de openbare verzamelpunten in uw stad of gemeente.

Dit teken vindt u op batterijen/accu's die schadelijke stoffen bevatten:



Pb = bevat lood
Cd = bevat cadmium
Hg = bevat kwikzilver
Li = bevat lithium

De batterijen inleggen (niet meegeleverd)

1. Open het batterijvak aan de achterkant van de weegschaal en van het LCD display.
2. Leg telkens 3 batterijen van het type AM4 „AAA“ 1,5V in. Let op de juiste polariteit (zie hiervoor bodem van het batterijvakje)!
3. Sluit het batterijvak weer.
4. Verwijder de batterij wanneer het apparaat gedurende een langere periode niet wordt gebruikt. Zo voorkomt u lekkage van het batterijzuur.
5. Gebruik géén verschillende batterijtypes of nieuwe en gebruikte batterijen samen.
6. Indien tijdens het gebruik in het display de melding „Lo-1“ (LCD display) resp. „Lo-2“ (weegschaal) voor ontbrekende batterijen verschijnt, dan moeten de batterijen vervangen worden.

 **Pas op!**

Batterijen horen niet in het huisvuil. Lever lege batterijen bij bevoegde inzamelinstanties of bij de handelaar in.

 **Waarschuwing!**

De batterijen nooit aan hoge warmte of directe zonnestralen blootstellen. Batterijen nooit in het vuur gooien.
Ontploffingsgevaar!

Wandmontage

 **Pas op:** Het LCD display is ook geschikt voor wandmontage. Met behulp van het meegeleverde bevestigingsmateriaal bevestigt u het LCD display aan de wand. Hang het display op waar u het comfortabel en zeker kunt bedienen. Monteer eerst de montageplaat, neem de plaat als markeringshulp. Richt de montageplaat met behulp van een waterpas uit en teken de drie gaten op de wand. Boor drie gaten op deze afstand. Verzeker op voorhand dat geen leidingen beschadigd worden die in de wand verborgen zijn! Hang het display (2 haken) in de montageplaat.

Informatie over de meting van het lichaamsvet

Personen die een pacemaker of een ander medisch implantaat met elektronische onderdelen gebruiken, wordt aangeraden, deze weegschaal niet te gebruiken. Het vermogen van het implantaat kan daardoor gestoord of beïnvloed worden.

Het apparaat kan alleen correct functioneren wanneer u met blote, droge voeten op de contactvlakken staat!

Het werkingsprincipe van dit apparaat baseert op de meting van de elektrische impedantie van het lichaam. Daarvoor stuurt het apparaat een zwak, niet voelbaar, elektrisch signaal door uw lichaam om de actuele waarden van het lichaam te berekenen. Het signaal is over het algemeen volledig onbedenkelijk! Neem onze speciale veiligheidsinstructies echter toch in acht! De meting staat bekend onder het begrip van de “bioelektrische impedantie-analyse” (BIA), een factor die met het lichaamsvet- en lichaamsvochtaandeel samenhangt en die afhankelijk is van andere biologische gegevens (leeftijd, geslacht, lichaamslengte).

Er zijn zware mensen die een evenwichtige verhouding hebben tussen vet- en spiermassa en er zijn schijnbaar slanke mensen met duidelijk te hoge lichaamsvetwaarden. Vet is een factor die in aanzienlijke mate bijdraagt tot de belasting van het organisme - vooral het hart en de bloedsomloop. Daarom is de controle van beide waarden (vet en gewicht) van fundamenteel belang voor gezondheid en fitness.

Lichaamsvet

Lichaamsvet is een belangrijk bestanddeel van het organisme. Van de bescherming van de gewrichten tot en met vitamineopslag en de regeling van de lichaamstemperatuur vervult vet een belangrijke rol in ons lichaam. Het doel is dus niet om het lichaamsvet radicaal te verminderen, maar om een evenwichtige verhouding te vinden tussen vet- en spiermassa en deze te handhaven.

De betekenis van water voor onze gezondheid.

Het menselijke organisme bestaat voor ongeveer 55-60% uit water, al naargelang de leeftijd en het geslacht in verschillende hoeveelheid.
Water heeft een reeks van taken in het lichaam te vervullen.
Het is een bouwsteen van onze cellen. Dat betekent dat alle cellen van het lichaam, dus huid-, klier-, spier-, hersen- en andere cellen alleen kunnen functioneren wanneer ze voldoende water bevatten.
Het is oplosmiddel voor belangrijke substanties in ons organisme.
Het is transportmiddel voor voedingsmiddelen, lichaamssubstanties en stofwisselingsproducten.
Richtwaarden voor uw fi tnessprofi el vindt u in de richtwaardetabel. Daarin wordt aangegeven, hoe lichaamsvetwaarden afhankelijk zijn van leeftijd en geslacht. Bedenk daarbij altijd dat - net als bij de waterhuishouding in ons lichaam - ook de vethuishouding per dag onderhevig is aan sterke schommelingen. Meet dus altijd op hetzelfde tijdstip van de dag om een vergelijkbare waarde te verkrijgen. De berekende meetresultaten van het lichaamsvet- en lichaamsvochtaandeel zijn slechts referentiewaarden. Ze zijn niet bestemd voor het gebruik voor medische doeleinden. Vraag altijd uw huisarts om advies wanneer u vragen hebt over een medische behandeling of een dieet om uw normale gewicht te bereiken.

Technische kenmerken

Geheugenvoorinstelling:

Geheugen	Geslacht	Lengte	Leeftijd (AGE)
01	mannelijk	170 cm (67.0 in (inch))	30

Geheugenplaatsen:	16
Lengte-instelling:	van 80 tot 240 cm (31.5 - 94,5 in)
Leeftijd van:	van 6 tot 100 jaar
Minimaal gewicht:	vanaf 2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Maximaal gewicht:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Weergave bij gewichtsmeting:	100 g stappen
Lichaamsvetindeling:	0,1%
Meetbereik lichaamsvet:	1,0%–60,0%
Meetbereik lichaamsvocht:	20,0%–75,0%
Spierenmassa-meetwaarden:	10,0%-50,0%
Calorieënmeetbereik:	0-9999 Kcal.
Calorieënindeling:	1 Kcal.
Tijdindeling:	24 uur
Toeg. bewaringstemperatuur:	–10 °C tot +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Kalender:	2000-2099
Overdrachtafstand:	max. 2m
Meetprecisie voor het gewicht:	+/- 500g (+/- 11lb)

Richtlijn van het aandeel lichaamsvet in procenten

Leeftijd (jaar)	**Vrouwen**				**Mannen**			
	Onder-gewicht	Normaal	Licht over-gewicht	Over-gewicht	Onder-gewicht	Normaal	Licht over-gewicht	Over-gewicht
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
boven 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Leeftijd (jaar)	**Vrouwen**			**Mannen**		
	dun/ mager	normaal	dik/ vet	dun/ mager	normaal	dik/ vet
Sporter 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Richtlijn voor het lichaamswater-, spieren- en bottenaandeel in procenten van het lichaamsgewicht en de vereiste calorieën, om de dagelijkse behoefte te dekken:

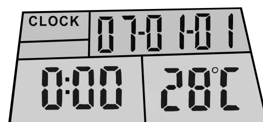
Voorbeeld voor de berekening van het bottenaandeel:
Een man weegt 70 kg en is 35 jaar oud. Het berekende bottengewicht bedraagt 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Leeftijd (jaar)	**Vrouwen** Normale waarden				**Mannen** Normale waarden			
	Water	**Spieren**	**Botten**	**Calorieën (kcal)**	**Water**	**Spieren**	**Botten**	**Calorieën (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
boven 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Sporter 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Opmerking: Vanwege de enorme schommelingen ten aanzien van het lichaamsvet is het moeilijk om een richtwaarde te krijgen. Gemiddeld ligt de optimale meettijd voor een volwassene tussen 18 en 20 uur omdat het vetgehalte gedurende deze periode van de dag zeer gelijkmatig blijft!

Tijd en datum instellen

Wanneer u de batterijen in het display gelegd hebt, verschijnen in het LCD-display altijd de tijd, de datum, CLOCK en de actuele omgevingstemperatuur (Afb. 4). Stel de tijd in, zoals hier beneden beschreven:



(Afb. 4)

Druk op de **SET** toets om de tijd in te stellen. In het LCD-display knippert eerst het jaar. Druk ofwel op de **P/▲** ofwel op de **ATH/▼** toets. Wanneer u de **P/▲** of de **ATH/▼** toets ingedrukt houdt start een snelle doorloop. Door de **SET** toets in te drukken wisselt het display altijd naar de volgende instelling. Stel met de **P/▲/ATH/▼** toetsen de maand, de dag, de duren en de minuten in. Bevestig de laatste ingave met de **SET** toetsen de temperatuurindicatie in °C resp. °F verschijnt. Door op de **UNIT** toets te drukken wisselt het display van °C naar °F.
De gegevens moeten opnieuw ingesteld worden wanneer de batterijen uit het display genomen worden of wanneer een batterij vervangen moet worden.

Ingebruikname

Zuivere weegfunctie

Plaats de personenweegschaal op een harde, vlakke ondergrond (niet op vloerbedekking of tapijt). Een ongelijke ondergrond leidt tot onzuivere resultaten.

1. Schakel de weegschaal in door een lichte druk, met de voet resp. de punt van de voet op het glazen oppervlak. Een rode controlelamp licht op en geeft aan dat het toestel nog niet klaar is. Een groene con-

trolelamp geeft aan dat het toestel klaar is. Schakel het display met de **MODE** toets in. In het LCD display verschijnt „8888“, WT-FAT, HELO en WT (Weight-Gewicht).

2. In het display (5) verschijnt na enkele seconden „WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)“ (Afb. 5).



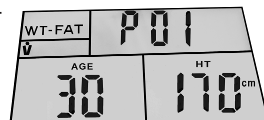
(Afb. 5)

3. Is de weegschaal niet ingeschakeld dat ziet u „WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)“ in het LCD display.
4. Ga met beide voeten op de weegschaal staan. Verdeel uw gewicht gelijkmatig en wacht terwijl de weegschaal uw gewicht berekent. Houd het display verticaal of horizontaal boven de infrarode lamp op de weegschaal.
5. De tekst in het display knippert eerst 2 x en daarna wordt uw exact gewicht weergegeven. Wanneer u de weegschaal verlaat schakelt deze na ca. 20 seconden automatisch uit.

Uw persoonlijke gegevens programmeren

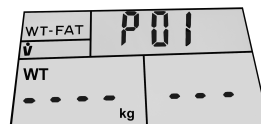
Opmerking: U moet de volgende handelingen in de aangegeven volgorde en binnen enkele seconden uitvoeren omdat de programmeermodus anders automatisch wordt onderbroken!

1. Om het display in te schakelen drukt u op de **MODE** toets. Wacht tot „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)“ verschijnt. Kies de instelling kg, lb. of St:. door middel van de **UNIT** toets.
2. Druk opnieuw op de **MODE** toets. Druk daarna op de **SET** toets om naar de programmeermodus te gaan. In het LCD-display verschijnt „**SEt**“, en knippert daarna „**P** 01“ (geheugenplaats), het vooringestelde symbool voor „mannelijk“ en de vooringestelde grootte in cm (in.) wordt weergegeven (Afb. 6).



(Afb. 6)

3. Selecteer met de **P/▲ / ATH/▼** toetsen een geheugenplaats.
4. Druk daarna op de **SET** toets, het display gaat naar de volgende instelling.
5. In het display knippert het symbool voor „mannelijk“. Selecteer met de toetsen **P/▲ / ATH/▼** een instelling (mannelijk of vrouwelijk).
6. Druk opnieuw op de **SET** toets om naar de instelling „Lichaamsgrootte“ te gaan. Het display „170“ (67.0“) knippert. Selecteer met de toetsen **P/▲ / ATH/▼** een waarde tussen 80 (31.5 in) en 240 cm (94.5 in).
7. Druk opnieuw op de **SET** toets om naar de instelling AGE (leeftijd) te gaan. Het display „30“ knippert. Houd de **ATH/▼** of de **P/▲** toets ingedrukt om een snelle loop te activeren. Selecteer met de toetsen **P/▲ / ATH/▼** een waarde tussen 6 en 100 jaar. Wanneer de leeftijd onder 16 jaar ligt, wordt in het display, naast de symbolen mannelijk of vrouwelijk, het gezicht van een kind getoond.
8. Druk opnieuw op de **SET** toets, nu verschijnen gedurende enkele seconden in het LCD-display geheugenplaats, geslacht, leeftijd en de ingestelde lichaamsgrootte, daarna gaat het display naar „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) en - - - (HT)“. Is de weegschaal niet ingeschakeld dan verschijnt de indicatie, zoals in Afb. 7.



(Afb. 7)

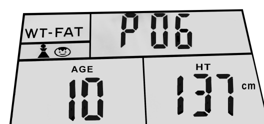
a. Druk 3 keer op de **MODE** toets om alle instellingen nog eens te bekijken. De indicatie Afb. 6 moet zichtbaar zijn.
b. Wanneer u veranderingen wilt uitvoeren druk dan op de **MODE** toets tot de Afb. 6 verschijnt. Door op de **P/▲** toets te drukken komt u in de selectiemodus. Kies nu met de toetsen **P/▲ / ATH/▼**de geheugenplaats die u wilt veranderen (indicatie knippert), en druk op de **SET** toets. Ga verder zoals bij punt 4-6 beschreven.
c. Wanneer u langer dan 15 seconden zon-

der activiteiten wacht dan keert het LCD-display terug naar de tijd.

Uw persoonlijke waarden zijn nu opgeslagen in het geselecteerde geheugen.
Er zijn in totaal 16 geheugens beschikbaar. Dit betekent dat u in de 15 overige geheugens ook de persoonlijke waarden van andere familieleden kunt opslaan.

Bepaling van het lichaams- en het botten-gewicht, het lichaamsvet-, spieren- en lichaamswateraandeel
Bewaar eerst uw persoonlijke gegevens op een geheugenplaats.
Om in te schakelen drukt u, zoals hierboven beschreven, op de weegschaal. Druk op de **MODE** inschakeltoets, de indicatie wordt zichtbaar, zoals in Afb. 5. Druk opnieuw op de **MODE** toets. Door op de **P/▲** toets te drukken gaat u naar de selectiemodus. Selecteer met de **P/▲ / ATH/▼** toetsen uw geheugenplaats waarop uw gegevens opgeslagen zijn.

- In het display verschijnen eerst opgeslagen gegevens, zoals geheugenplaatsnummer (knippert), geslacht, leeftijd (AGE) en lichaamsgrootte (HT). Daarna verschijnt in het display , „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) en -.- - (HT)“. In dit geval is de persoon: 10 jaar oud, vrouwelijk en 137 cm lang en bezet de geheugenplaats 6.



(Afb. 8)

Sporter-symbool
Onder deze groepen vallen personen die minstens 10 uur per week sport beoefenen en die een hartfrequentie van ca. 60 slagen/min of lager hebben.
De richtlijnen zijn niet voor professionele sporters voorzien, zoals bijvoorbeeld bodybuilders.
Wordt in het display WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) en -.- - (HT) aangegeven en ligt uw leeftijd tussen 16 en 50 jaar, dan licht na het indrukken van de **ATH/▼** toets het sportsymbool op.

- Ga nu op de weegschaal staan. Neem het LCD display in beide handen en omsluit resp. raak de contactvlakken met beide handen aan.
- Wacht tot het meetproces beëindigd is, de gewichtsindicatie in het display knippert 1 x.
- Het display toont dan na enkele seconden uw berekend gewicht, uw lichaamsvetpercentage (symbool „BF %“), gevolgd door het spiermassa-aandeel („BM %“). Daarnaast berekent de weegschaal het lichaamswaterpercentage („BW %“), de vereiste calorieën voor de dag (KCAL) en het botgewicht in kg/ lb. St: (BON / kg (lb., St:)).
- Daarna worden de berekende waarden in het LCD-display 2x in de aangegeven volgorde getoond. Daarna schakelt het display automatisch om resp. na enkele seconden terug naar de tijd.

Opmerking:
Enkel de persoonlijke gegevens van de personen in kwestie worden opgeslagen, zoals leeftijd, lichaamsgrootte etc. De berekende waarden zoals lichaamsgewicht, vereiste calorieën resp. worden slechts een keer getoond.

Displayweergaven en storingsmeldingen

Algemeen
Wanneer op het display een storingsmelding (Err) verschijnt, wacht u totdat het apparaat uitschakelt. Schakel het apparaat weer in om het opnieuw te gebruiken. Voor het compleet terugzetten van de parameters (reset) verwijdert u de batterijen even en plaatst deze vervolgens weer terug.

Meldingen
- Inschakelen: Alle segmenten branden gelijktijdig. Dit is een controle voor de optimale functie van de weergaven.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“: Het te meten gewicht is te laag. Er is geen optimaal gebruik mogelijk. De weeg

schaal is niet ingeschakeld

- „Err“: Het berekende aandeel lichaamsvet/lichaams-vocht-% is hoger dan de hoogste of lager dan de laagste grenswaarde van het meetbereik. De meting is afgebroken voordat het meetproces was afgelopen of er kon geen meting worden uitgevoerd.
- „0-Ld“: Wanneer de indicatie „0-Ld“ te zien is, bedraagt het gewicht meer dan 150 kg. Belast het apparaat niet met een gewicht dat boven het aangegeven gewicht ligt, zodat het apparaat en de sensor niet beschadigd kenn.
  - Plaats de personen-weegschaal op een harde, vlakke ondergrond.
- „Lo-1“ De laadstatus van de batterij in het display is te laag.
- „Lo-2“ De laadstatus van de batterij van de weegschaal is te laag.

Tips voor gebruik en onderhoud

- Weeg uzelf altijd zonder kleding en schoenen, vóór een maaltijd en altijd op hetzelfde tijdstip van de dag.
- De weegschaal rondt naar boven of beneden af naar de volgende 100 g-stap.
- Als u zich tweemaal weegt en twee verschillende resultaten verkrijgt, ligt uw gewicht tussen deze beide waarden.
- Dompel de weegschaal niet onder water. Hierdoor kan het elektronische component vernield worden.
- Verwijder de batterijen, als de weegschaal gedurende een langere periode niet gebruikt wordt.
- Behandel de weegschaal voorzichtig want het is een meetinstrument. Laat hem niet vallen en spring er niet op.
- Het apparaat is absoluut onderhoudsvrij.
- Belast het apparaat niet met een gewicht van meer dan 150 kg (330,7 lb./23,62 St:). Zo voorkomt u dat het apparaat beschadigd wordt.

Reiniging

- Reinig de weegschaal resp. het opstapvlak en het display met een lichtjes bevochtigde, niet natte doek. Verzeker dat geen vochtigheid resp. vloeistof in de toestellen binnendringt !
- Gebruik nooit agressieve reinigingsmiddelen. Deze kunnen het materiaal aantasten!
- U kunt eventueel een gewoon afwasmiddel of gewone zeep gebruiken.
- Droog de delen na de reiniging met een droge, zachte doek zorgvuldig af.

Garantie

Voor het door ons geleverde apparaat verlenen wij een garantie van 24 maanden vanaf koopdatum (kassabon).

Eventuele gebreken aan het apparaat of aan het toebehoren die zijn ontstaan door productie- of materiaalfouten verhelpen wij binnen deze periode kosteloos door middel van reparatie of, naar ons oordeel, door vervanging. Eventuele garantiegevallen verlengen noch de geldigheidsduur van de garantie, noch begint daardoor een nieuwe garantieperiode!

Het koopbewijs geldt als garantiebewijs. Zonder dit bewijs kan geen kosteloze reparatie of vervanging plaatsvinden.

Geef in garantiegevallen het complete apparaat in de originele verpakking samen met de kassabon af bij uw handelaar.

Niet defecten aan de hulpstukken of aan de slijtende onderdelen (bijv. koolborstels, deeghaken, drijfriemen, reserveafstands-bediening, reservetandenborstels, zaagbladen enz.), maar ook reiniging, onderhoud of de vervanging van slijtende delen vallen niet onder de garantie en geschieden altijd tegen berekening!

Bij ingrepen door derden komt de garantie-verlening te vervallen.

Na de garantieperiode

Na afloop van de garantieperiode kunnen reparaties tegen berekening worden uitgevoerd door de betreffende vakhandelaar of de technische dienst.

Betekenis van het symbool „Vuilnisemmer”



Bescherm ons milieu, elektrische apparaten horen niet in het huisafval.

Maak gebruik van de verzamelpunten die zijn bedoeld voor de verwijdering van elektrische apparaten en geef hier de elektrische apparaten af, die u niet meer gebruikt.

Daardoor helpt u de potentiële effecten te voorkomen die een verkeerde afvoer op het milieu en de menselijke gezondheid kunnen inwerken.

Op deze wijze levert u uw bijdrage aan het hergebruik, de recycling en andere verwerkingsvormen voor oude elektronische en elektrische apparaten.

Voor informatie over verzamelpunten voor uw apparaten kunt u contact opnemen met uw gemeente of gemeenteadministratie.

Technische gegevens

Model:	PWI 4914 FA
Spanningstoevoer:	2 x 3 1,5V AAA
Min/max, gewichtsbelasting:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Netto gewicht van de weegschaal:	2,4 kg

Conseils généraux de sécurité

- Lisez attentivement ce mode d'emploi avant de mettre l'appareil en marche pour la première fois. Conservez le mode d'emploi ainsi que le bon de garantie, votre ticket de caisse et si possible, le carton avec l'emballage se trouvant à l'intérieur.
- N'utilisez cet appareil que pour un usage privé et pour les taches auxquelles il est destiné. Cet appareil n'est pas prévu pour une utilisation professionnelle. Ne l'utilisez pas en plein air (sauf s'il est indiqué que vous pouvez le faire). Protégez-le de la chaleur, des rayons directs du soleil, de l'humidité (ne le plongez en aucun cas dans l'eau) et des objets tranchants. N'utilisez pas cet appareil avec des mains humides.
- Contrôlez régulièrement l'appareil et le câble. Ne mettez pas l'appareil en marche s'il est endommagé.
- Ne réparez pas l'appareil vous-même. Contactez plutôt un technicien qualifié.
- Respectez les „conseils de sécurité spécifiques à cet appareil" ci-dessous … .

Enfants et personnes fragiles

- Par mesure de sécurité vis-à-vis des enfants, ne laissez pas les emballages (sac en plastique, carton, polystyrène) à leur portée.
  Attention! Ne pas laisser les jeunes enfants jouer avec le fi lm.
  Il y a **risque d'étouffement!**
- Pour protéger les personnes fragiles et les enfants des risques des appareils électriques, veillez à ce que cet appareil ne soit utilisé que sous surveillance. Cet appareil n'est pas un jouet. Ne laissez **pas** les enfants s'amuser avec.

Conseils de sécurité spécifiques à cet appareil

- Ce pèse-personne avec analyse de la masse grasse n'est pas adapté pour les personnes suivantes:
  - Enfants en dessous de 6 ans
  - Personnes souffrant de fi èvre, oedème ou ostéoporose
  - Personnes en dialyse
  - Personnes prenant des médicaments cardiovasculaires
  - Femmes enceintes
  - Personnes dont le rythme cardiaque est inférieur à 60 battements/minute
- L'appareil est conçu pour un poids maximum de 150 kg (330,7 lb.) ! Un poids plus important peut détériorer l'appareil!

Liste des différents éléments de commande

1 Touche de mise en marche **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Touche portant une flèche pour la sélection
3 **SET** Touche mémoire pour valeurs personnelles
4 Touche **UNIT** (réglage)
5 LCD Affichage
6 Surfaces de contact (écran)
7 Lampe infrarouge
8 Lampe de contrôle

Verso

9 Compartiment à piles

Affichage

10 Emplacement de mémoire/date
11 Âge (**AGE**)
12 **HT** taille cm / in (pouce(s))
13 Pourcentage – graisse/ eau dans le corps/masse musculaire
14 **WT** poids corporel kg, lb. St:
15 Besoin en calories **KCAL**
16 Affichage masse grasse **BF**
17 Affichage masse eau **BW**
18 Affichage masse musculaire **BM**
19 Affichage **BON** poids des os
20 Masculin
21 Féminin
22 Enfant
23 Symbole « sportif »

Indications pour une bonne utilisation des piles

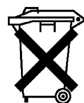
- Maintenez les piles hors de portée des enfants. Les piles **ne sont pas** des jouets!
- Ne jetez jamais les piles dans le feu. Ne les plongez jamais dans l'eau.

- Veillez à respecter la polarité lorsque vous installez des piles dans un appareil.
- N’essayez jamais d’ouvrir des piles avec force.
- Evitez tout contact avec d’autres objets métalliques (bagues, aiguilles, vis, etc.). Risque de **court-circuit**!
- Un court-circuit peut provoquer la surchauffe voir même l’inflammation des piles. Risque de brûlures.
- Par mesure de sécurité, il est conseillé pour le transport de couvrir les pôles des piles d’un ruban adhésif.
- Au cas où une pile se mettrait à couler, ne laissez pas ce liquide entrer en contact avec les yeux ou les muqueuses. En cas de salissure, lavez-vous les mains, rincez-vous les yeux à l’eau fraîche et consultez un médecin en cas de douleurs persistantes.
- Ne jetez jamais vos piles avec les ordures ménagères. Rapportez vos piles usagées à un centre de recyclage.

Allemagne:

- Tous les consommateurs sont tenus par la loi de rapporter leurs piles et accus usagés.
- Vous pouvez rapporter vos piles et accus usagés gratuitement aux points de vente où vous les avez achetés ainsi que dans les centres de recyclage publics de votre ville ou commune.

Vous retrouvez ces symboles sur les piles et accus polluants:



Pb = teneur en plomb
Cd = teneur en cadmium
Hg = teneur en mercure
Li = teneur en lithium

Mise en place des piles (non fournies)

1. Ouvrez le compartiment à piles situé au dos de la balance et de l'écran LCD.
2. Placez 3 piles respectivement de type AM4 « AAA » 1,5V. Veillez à respecter la polarité (voir indications au fond du compartiment)!
3. Refermez le compartiment des piles.
4. Si l’appareil n’est pas utilisé pendant un certain temps, retirez la pile pour éviter qu’elle ne coule.
5. Différents types de batterie ou batteries neuves et utilisées ne doivent pas être utilisés ensemble.
6. Si, au cours de l’utilisation, le symbole « Lo-1 » (écran LCD) ou « Lo-2 » (balance) indiquant que les piles sont faibles apparaît sur l’écran, changez les piles.

 **Attention!**
Ne jetez pas les piles avec vos ordures ménagères. Veuillez déposer vos piles usagées dans des déchetteries adaptées ou chez un marchand.

 **Avertissement!**
Ne pas exposer les piles à une chaleur excessive ou à la lumière directe du soleil. Ne jamais jeter les piles au feu.
Risque d’explosion!

Montage mural

 **Note:** Il est également possible de monter l'écran LCD au mur. Fixez l'écran LCD au mur à l'aide du matériel de fixation fourni. Accrochez l’écran à un endroit où vous pourrez l’utilisez confortablement et en toute sécurité. Tout d’abord, montez la plaque de montage tout en vous servant de la plaque comme d'un repère. Ajustez la plaque de montage à l'aide d'un niveau et dessinez les trois trous sur le mur. Percez trois trous dans cet espace. Assurez-vous au préalable que vous ne risquez pas d'endommager des conduites présentes dans le mur! Accrochez l’écran (2 crochets) à la plaque de montage.

Information pour la mesure de la masse adipeuse

Il est déconseillé aux personnes porteuses d’un stimulateur cardiaque ou tout autre dispositif médical équipé de pièces électroniques d’utiliser ce pèse-personne. Le fonctionnement de leur appareil médical risquerait alors d’être perturbé voire bloqué.



L‘appareil ne fonctionnne peut fonctionneer correctement que si vous êtes debout pieds nus et les pieds secs sur la surface de contact!

Le principe de base de cet appareil consiste à mesurer l’impédance électrique du corps. L’appareil fait pour cela circuler un signal électrique faible et imperceptible à travers votre corps pour livrer ainsi les valeurs actuelles de votre corps. Ce signal est en général totalement anodin!
Consulteznéanmoins nos conseils de sécurité spécifi ques à cet appareil! Cette méthode de mesure est connue sous le nom « analyse de l’impédance bio-électrique » (BIA). Ce facteur estlié à la proportion de masse grasse et d’eau du corps et à d’autres paramètres biologiques (âge, sexe, taille).

Il arrive que des personnes ayant un poids important présentent un rapport équilibré entre la masse adipeuse et la masse musculaire et il existe apparamment des personnes minces ayant des valeurs de masse adipeuse nettement plus élevées. La graisse est un facteur ayant une action particulièrement néfaste sur l‘organisme, en particulier sur l‘appareil cardio-vasculaire. C‘est la raison pour laquelle le contrôle des deux valeurs (masse adipeuse et poids) est une condition de base pour la santé et la condition physique.

Masse grasse

La masse adipeuse est un composant important de notre organisme. Que ce soit pour la protection des articulations, en passant par le stockage des vitamines dans notre corps jusqu‘au réglage de la température corporelle, la graisse joue un rôle important dans le corps. Le but n‘est n‘est donc pas de diminuer radicalement la masse adipeuse du corps, mais d‘atteindre un rapport équilibré entre la masse musculaire et la masse adipeuse et de maintenir ce rapport.

L’importance de l’eau pour notre santé

L’organisme humain est composé à environ 55-60% d’eau, selon l’âge et le sexe en quantité différente. L’eau doit remplir toute une série de tâches dans le corps:
Elle est un élément de nos cellules. Ce qui signifi e que toutes les cellules du corps, que ce soit de la peau, des glandes, des muscles, du cerveau, etc., ne fonctionnement que lorsqu’elles contiennent suffi samment d’eau.
Elle est un solvant pour les substances importantes de notre organisme.
Elle est un moyen de transport pour les substances nutritives, substances propres au corps et les produits du métabolisme.
Consultez le tableau de valeurs indicatives pour trouver les indices correspondants à votre profi l sportif. Il montre le rapport entre l‘âge et le sexe. Veuillez tenir compte du fait que pareil à l‘état d‘hydratation du corps humain la masse adipeuse est tout autant soumise à de fortes fl uctuations dans le courant d‘une journée. C’est la raison pour laquelle il est recommandé de se peser régulièrement à la même heure du jour pour avoir une valeur comparable. Les résultats des mesures de la part de masse grasse et d’eau ne sont que des valeurs de référence. Il est déconseillé de les utiliser à des fi ns médicales. Demandez toujours avis à votre médecin en cas de questions relatives à un traitement médical ou un régime en vue d’atteindre un poids normal.

Données techniques

Préréglage de la mémoire:

Mémoire	Sexe	Taille	Age (AGE)
01	masculin	170 cm (67.0 in (inch))	30

Plages de mémoire:	16
Taille:	de 80 à 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Age:	de 6 à 100 ans
Poids minimum:	à partir de 2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Poids maximum:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Précision de mesure du poids:	tranche de 100 g
Graduation de la graisse contenue dans le corps:	0,1%
Mesure de la masse grasse:	1,0%–60,0%
Mesure de la masse d'eau:	20,0%–75,0%
Plage de mesure de la masse musculaire:	10,0%-50,0%
Plage de mesure des calories:	0-9999 kcal.
Division des calories:	1 kcal.
Division du temps:	24 heures
Température de stockage admissible:	–10 °C à +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Calendrier:	2000-2099
Distance de transmission:	max. 2m
Précision de mesure du poids:	+/- 500g (+/- 11lb)

Échelle des valeurs de la graisse contenue dans le corps en pour cents

Âge (années)	**Femmes**				**Hommes**			
	Poids insuffisant	Normal	Léger embon-point	Surcharge pondérale	Poids insuffisant	Normal	Léger embon-point	Surcharge pondérale
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
plus de 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Âge (années)	**Femmes**			**Hommes**		
	mince/ maigre	normal	gros/ gras	mince/ maigre	normal	gros/ gras
Sportif 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Règle du pourcentage d'eau dans le corps, de muscles et d'os du poids du corps et le besoin en calories pour couvrir le besoin quotidien:

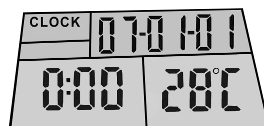
Exemple de calcul du pourcentage d'os :
Un homme pèse 70 kg et a 35 ans.
Le poids des os calculé est de 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Âge (années)	**Femmes** Valeurs normales				**Hommes** Valeurs normales			
	Eau	**Muscle**	**Os**	**Calories (kcal)**	**Eau**	**Muscle**	**Os**	**Calories (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
plus de 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Sportif 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Remarque: Il est diffi cile d'avoir une valeur de référence en raison des importantes fl uctuations de la masse adipeuse. En moyenne, pour un adulte l'horaire idéal de la mesure est situé entre 18 h 00 et 20 h 00, car dans cet intervalle de temps la masse adipeuse est la plus constante !

Réglage de l'heure et de la date

Une fois que vous avez placé les piles dans l'écran, l'heure, la date, CLOCK et la température ambiante actuelle s'affichent sur l'écran LCD (fig.4).



(fig.4)

Réglez l'heure en opérant de la manière suivante:

Pour régler l'heure, appuyez sur la touche **SET**. L'année clignote en premier sur l'écran LCD. Pressez soit la touche **P/▲** , soit **ATH/▼**. Maintenez la touche **P/▲** ou **ATH/▼** enfoncée pour un défilement rapide. En appuyant sur la touche **SET**, vous passez au réglage suivant. Les touches **P/▲ / ATH/▼** vous permettent de régler respectivement le mois, le jour et les minutes. Confirmez la dernière entrée en appuyant sur la touche **SET**, puis la température s'affiche en °C ou °F. La touche **UNIT** permet de faire passer l'affichage de °C à °F.
Si vous retirez les piles de l'écran ou que vous devez les changer, vous devez à nouveau régler ces données.

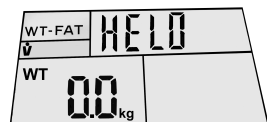
Avant la première utilisation

Fonctions traditionnelles du pèse-personne
Posez le pèse-personne sur une surface dure et plane (évitez la moquette). Les surfaces non planes occasionnent des imprécisions.

1. Allumez la balance en exerçant une légère pression sur la surface en verre avec votre pied ou la pointe de votre pied. Puis, une lampe de contrôle rouge s'allume et indique que l'appareil n'est pas encore prêt. Celui-ci est prêt à fonctionner lorsque une lampe de contrôle verte apparaît. Allumez

l'écran en appuyant sur la touche **MODE**. Les symboles « 8888 », WT-FAT, HELO et WT (Weight-Poids) apparaissent sur l'écran LCD.

2. Au bout de quelques secondes, « WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:) » s'affiche sur l'écran (5) (fig. 5).



(fig. 5)

3. Si la balance n'est pas allumée, vous voyez « WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:) » sur l'écran LCD.
4. Placez-vous sur la balance avec les deux pieds. Répartissez votre poids de manière proportionnelle et patientez pendant que la balance calcule votre poids. Maintenez l'écran dans une position verticale ou horizontale au-dessus de la lampe infrarouge située sur la balance.
5. L'affichage de l'écran clignote tout d'abord 2 x puis, votre poids exact s'affiche. Lorsque vous descendez de la balance, elle s'éteint automatiquement au bout de 20 secondes environ.

La programmation des données personnelles

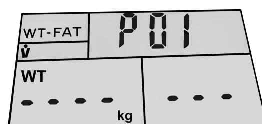
Remarque: Comme l'appareil risque d'interrompre automatiquement le mode „programmation", vous devriez effectuer les étapes de programmation suivantes les unes après les autres et ceci en l'espace de quelques secondes !

1. Pour allumer l'écran, appuyez sur la touche **MODE**. Attendez que l'affichage « WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) » apparaisse. Sélectionnez en pressant la touche **UNIT** le réglage kg, lb. ou St:.
2. Actionnez à nouveau la touche **MODE**. Appuyez ensuite sur la touche **SET** pour arrivez au mode de programmation. L'écran LCD affiche « **SEt** », ensuite l'affichage «**P** 01 » (emplacement de mémoire) clignote, le symbole préréglé pour « masculin » et la valeur préréglée en cm (in.) est affiché (fig. 6).



(fig. 6)

3. Choisissez un emplacement de mémoire à l'aide des touches **P/▲ / ATH/▼**.
4. Appuyez ensuite sur la touche **SET**, l'écran affiche le réglage suivant.
5. Le symbole pour « masculin » clignote à l'écran. Choisissez un réglage (masculin ou féminin) à l'aide des touches **P/▲ / ATH/▼**.
6. Appuyez de nouveau sur la touche **SET**, pour arriver au réglage « taille ». L'écran clignote et affiche « 170 » (67.0). Sélectionnez une valeur à l'aide des touches **P/▲ / ATH/▼** entre 80 (31.5 in) et 240 cm (94.5 in).
7. Appuyez de nouveau sur la touche **SET**, pour arriver au réglage AGE (âge). L'écran clignote et affiche « 30 ». En maintenant appuyée la touche **ATH/▼** ou **P/▲**, vous actionnez l'avance le retour rapide. Sélectionnez une valeur entre 6 et 100 ans à l'aide des touches **P/▲ / ATH/▼**. Pour un âge inférieur à 16 ans, l'écran affiche, en plus des symboles masculin ou féminin, un visage d'enfant.
8. Si vous appuyez une nouvelle fois sur la touche **SET**, l'emplacement de mémoire, le sexe, l'âge et la taille configurée s'affichent pendant quelques secondes sur l'écran LCD. Puis, l'affichage « WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) et- - - (HT) » apparaît. Si la balance n'est pas allumée, l'affichage apparaît comme sur la fig. 7.



(fig. 7)

a. Pour visualiser une nouvelle fois vos réglages, appuyez sur la touche **MODE**, trois fois. Vous devez voir l'affichage de la fig. 6.
b. Si vous souhaitez procéder à des modifications, appuyez sur la touche **MODE** jusqu'à ce que l'affichage de la fig. 6 apparaisse. En pressant la touche **P/▲**, vous entrez dans le mode de sélection. Sélectionnez à présent à l'aide des touches **P/▲ / ATH/▼** l'emplacement de



mémoire que vous souhaitez modifier (l'affichage clignote) et appuyez sur la touche **SET**. Poursuivez comme décrit dans les points 4-6.

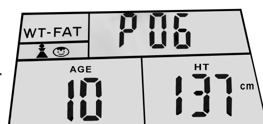
c. Si vous attendez plus de 15 secondes sans activité, l'écran LCD retourne à l'heure.

Vos valeurs individuelles ont alors été sauvegardées à l'emplacement de mémoire sélectionné. Vous avez un total de 16 emplacements de mémoire à votre disposition. Ainsi, vous avez la possibilité d'enregistrer, outre vos propres valeurs, les valeurs individuelles d'autres membres de votre famille sur 15 emplacements de mémoire.

Calcul du poids du corps et des os, du pourcentage de la graisse, des muscles et de l'eau dans le corps

Enregistrez préalablement vos données personnelles sur un emplacement de mémoire. Pour allumer, appuyez sur la balance comme expliqué plus haut. En pressant la touche d'allumage **MODE**, l'affichage apparaît comme sur la fig. 5. Appuyez une nouvelle fois sur la touche **MODE**. En pressant la touche **P/▲**, vous entrez dans le mode de sélection. Sélectionnez votre emplacement de mémoire de stockage de vos données à l'aide des touches **P/▲ / ATH/▼**.

- Les données enregistrées telles que le numéro d'emplacement de mémoire (clignotant), le sexe, l'âge (AGE) et la taille (HT) apparaissent tout d'abord sur l'écran. Puis, l'affichage « WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) et -.- - (HT) » apparaît. Dans ce cas, cette personne a 10 ans, est de sexe féminin, mesure 137 cm et se trouve à l'emplacement de mémoire 6.



(fig. 8)

Symbole de sportif
Ce groupe englobe des personnes pratiquant une activité sportive de 10 heures au moins par semaine et ayant une fréquence cardiaque d'env. 60 battements/min. ou moins.
Les règles ne sont pas prévues pour les sportifs professionnels, comme p. ex. les culturistes.

- Lorsque l'écran affiche WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) et -.- - (HT) et votre âge entre 16 et 50 ans, le symbole sportif clignote après actionnement de la touche **ATH/▼**.

- Veuillez alors vous placer sur le pèse-personne. Prenez l'écran LCD avec les deux mains et serrez les surfaces de contact entre les mains ou touchez les.
- Veuillez patienter jusqu'à achèvement du processus de mesure, l'affichage du poids clignote 1 x sur l'écran.
- L'écran indique au bout de quelques secondes votre poids mesuré, votre pourcentage de graisses corporelles (symbole « BF % »), suivi de votre pourcentage de masse musculaire (« BM % »). De plus, la balance mesure votre pourcentage d'eau corporelle (« BW % »), votre besoin énergétique pour ce jour (KCAL) et le poids de vos os en kg/ lb. St: (BON / kg (lb., St:)).
- Par la suite, les valeurs mesurées sont affichées sur l'écran LCD 2x dans l'ordre indiqué. Puis, l'écran retourne à nouveau automatiquement ou au bout de quelques secondes à l'heure.

Remarque:
Seules les données personnelles de chaque personne sont enregistrées telles que l'âge, la taille etc. Les valeurs mesurées telles que le poids corporel, le besoin en calories ne sont affichées qu'une seule fois.

Affichages d'écran et avis d'erreur

Généralités

Si un avis d'erreur (Err) apparaît sur l'écran, attendez que l'appareil s'éteigne. Mettez ensuite l'appareil à nouveau en marche pour un nouvel essai.
Pour une reprogrammation complète (Reset) retirez la pile pour un moment puis remettez-la dans l'appareil.

Affichage

- Mise en marche: Tous les segments s'allument en même temps. Ceci est un contrôle du bon fonctionnement de l'écran.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)": Le poids à peser est trop faible. L'appareil ne peut pas bien fonctionner. La balance n'est pas allumée
- „Err": Le % calculé de la graisse / de l'eau contenues dans le corps dépasse la valeur limite supérieure / inférieure de la plage de mesure. La mesure a été arrêtée avant que le processus de mesure ne soit terminé, voire aucune mesure n'a pu être réalisée.
- „0-Ld": Lorsque l'écran affiche « 0-Ld » le poids dépasse les 150 kg.
  - Placez l'appareil sur une surface plane et dure.
- « Lo-1 » Le niveau de batterie de l'écran est trop faible.
- « Lo-2 » Le niveau de batterie de la balance est trop faible.

Conseils d'utilisation et d'entretien

- Pesez-vous sans vêtements ni chaussures, avant de manger et toujours au même moment de la journée.
- La balance arrondit les chiffres à la 100 de gs supérieure ou inférieure.
- Si vous vous pesez deux fois et obtenez deux valeurs différentes, cela signifi e que votre poids véritable se situe entre ces deux chiffres.
- Ne plongez jamais l'appariel dans l'eau. Cela pourrait détruire les composants électroniques.
- Retirez les piles lorsque le pèse-personne n'est pas utilisé pendant une période prolongée.
- Manipulez la balance avec précaution car c'est un instrument de mesure. Ne la laissez pas tomber. Ne sautez pas dessus.
- L'appareil est immédiatement prêt à être utilisé.
- N'utilisez pas l'appareil pour un poids supérieur à 150 kg (330,7 lb. / 23,62 St:). Cela risque sinon d'endommager votre appareil.

Nettoyage

- Nettoyez la balance, la surface d'appui et l'écran à l'aide d'un chiffon doux légèrement humide, non mouillé. Prenez garde à ce qu'aucun liquide ne pénètre dans l'appareil!
- N'utilisez pas de produits additifs agressifs ! Ceux-ci pourraient détériorer l'appareil !
- Comme additif vous pouvez utiliser un produit de vaisselle qu'on trouve habituellement dans le commerce ou un simple savon.
- Après le nettoyage, bien sécher les pièces à l'aide d'un chiffon doux et sec.

Cet appareil a été contrôlé d'après toutes les directives européennes actuelles applicables, comme par exempleconcernant la compatibilité électromagnétique et la basse tension. Cet appareil a été fabriqué en respect des réglementations techniques de sécurité les plus récentes.
Sous réserve de modifications techniques.

Garantie

Nous accordons une garantie de 24 mois à dater de la date d'achat (ticket de caisse) pour l'appareil que nous vendons.

Pendant la durée de la garantie, nous éliminons gratuitement les défauts de l'appa reil ou des accessoires découlant d'un vice de matériau ou de fabrication au moyen d'une réparation ou, selon notre estimation, au moyen d'un remplacement. Les prestations dans le cadre de la garantie n'entraînent aucune prorogation de la durée de garantie et ne donnent pas droit à une nouvelle garantie !

Le justifi catif de garantie est le reçu. Sans ce justifi catif, aucun remplacement gratuit ni aucune réparation gratuite ne peuvent être effectués.

En cas de recours à la garantie, ramenez votre appareil **complet**, dans son **emballage d'origine**, accompagné de votre preuve d'achat, à votre revendeur.

Les défauts sur les accessoires ou les pièces d'usure ainsi que le nettoyage, l'entretien ou le remplacement de pièces d'usure ne sont pas garantis et sont donc payants !

En cas d'intervention étrangère, la garantie devient caduque.

Après la garantie

Après écoulement de la durée de garantie, les réparations peuvent être effectuées, contre paiement, par le commerce spécialisé ou le service de réparation.

Signification du symbole „Elimination"



Profitez des centres d'élimination prévus pour l'élimination d'appareils électriques et remettez-y vos appareils électriques que vous n'utilisez plus.

Utilisez, pour l'élimination de vos appareils électriques, les bornes de collecte prévues à cet effet où vous pouvez vous débarrasser des appareils que vous n'utilisez plus.

Vous contribuez ainsi à éviter les impacts potentiels dans l'environnement et sur la santé de chacun, causés par une mauvaise élimination de ces déchets.

Vous contribuez aussi au recyclage sous toutes ses formes des appareils électriques et électroniques usagés.

Vous trouverez toutes les informations sur les bornes d'élimination des appareils auprès de votre commune ou de l'administration de votre communauté.

Données techniques

Modèle:	PWI 4914 FA
Alimentation:	2 x 3 1,5V AAA
Charge min. / max.:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Poids net de la balance:	2,4 kg

Norme di sicurezza generali

- Prima di mettere in funzione questo apparecchio, leggere molto attentamente le istruzioni per l'uso e conservarle con cura unitamente al certificato di garanzia, allo scontrino e, se possibile, alla scatola di cartone con la confezione interna.
- Utilizzare l'apparecchio esclusivamente per scopi privati e conformemente al tipo di applicazione previsto. Questo prodotto non è stato concepito ai fini di un impiego in ambito industriale. Non utilizzarlo all'aperto (a meno che non sia contemplato un particolare tipo di uso all'aperto nel rispetto di specifiche condizioni). Proteggerlo dal calore, nonché dall'esposizione diretta ai raggi solari e dall'umidità (non immergerlo mai in sostanze liquide) e tenerlo a distanza da oggetti con spigoli affilati. Non utilizzare l'apparecchio con le mani umide.
- Controllare periodicamente l'apparecchio per verificare che non vi siano danni. Non mettere in funzione l'apparecchio nel caso in cui sia guasto.
- Non tentare di riparare l'apparecchio, bensì rivolgersi a un tecnico autorizzato.
- Rispettare le seguenti "Speciali norme di sicurezza…".

Bambini e persone fragili

- Per sicurezza tenere l'imballaggio (sacchetto di plastica, scatola, polistirolo, ecc,) fuori dalla portata dei bambini.
  Attenzione! Non lasciar giocare i bambini piccoli con la pellicola.
  Pericolo di soffocamento!
- Per proteggere i bambini o le persone con abilità ridotte dai pericoli delle apparecchiature elettriche, fate in modo che questo apparecchio venga impiegato solo sotto sorveglianza. Questo apparecchio non è un giocattolo. **Non** lasciate che i bambini piccoli lo usino per giocare.

Speciali norme di sicurezza relative a questo apparecchio

- La bilancia per l'analisi del grasso corporeo non è indicata per questa cerchia di persone:
  - Per bambini di età inferiore ai 6 anni
  - persone con sintomi di febbre, edemi o osteoporosi
  - persone che stanno facendo dialisi
  - persone che assumono medicinali per disturbi cardiovascolari
  - donne in gravidanza
  - persone con una frequenza cardiaca inferiore a 60 battiti/minuto.
- L'apparecchio è destinato all'uso per un peso corporeo massimo di 150 kg (330,7 lb.). Un peso maggiore può distruggere l'apparecchio!

Elementi di comando

1 Tasto di accensione **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Tasti con le frecce per la selezione
3 **SET** Tasto per memorizzare i valori personali
4 Tasto **UNIT** (impostazione)
5 LCD Display
6 Superfici di contatto (display)
7 Lampada a raggi infrarossi
8 Spia di controllo

Retro

9 Vano batterie

Visualizzazioni sul display

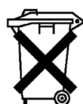
10 Memoria/Data
11 età (**AGE**)
12 **HT** statura cm / in(ch)
13 Percentuale – grasso corporeo/ acqua corporea/massa muscolare
14 **WT** peso corporeo kg, lb. St:
15 Fabbisogno calorico **KCAL**
16 Visualizzazione grasso corporeo **BF**
17 Visualizzazione acqua corporeo **BW**
18 Visualizzazione massa muscolare **BM**
19 Visualizzazione **BON** peso delle ossa
20 Maschile
21 Femminile
22 Bambino
23 Simbolo "Sportivo"

Avvertenze per l'uso di batterie

- Tenere le batterie fuori della portata dei bambini. **Non** sono un giocattolo!
- Non buttare mai le batterie nel fuoco né immergerle nell'acqua.
- Nell'inserimento della batteria fare attenzione alla polarità.
- Non aprire mai le batterie con la forza.
- Evitare il contatto con oggetti metallici. (anelli, chiodi, viti ecc.). **Pericolo di corto circuito!**
- Un corto circuito può provocare un surriscaldamento o eventualmente addirittura la combustione delle batterie. Ne possono conseguire ustioni.
- Per la vostra sicurezza i poli della batteria durante il trasporto devono essere coperti con strisce adesive.
- In caso di ossidazione di una batteria evitare il contatto del liquido con occhi o mucose. In caso di contatto lavare le mani, sciacquare gli occhi con acqua corrente e in presenza di disturbi permanenti consultare un medico.
- Non gettare le batterie usate nei rifiuti domestici. Portare le batterie usate in un apposito centro di raccolta.

Germania:
- l'utente è tenuto per legge a restituire le batterie/gli accumulatori usati.
- Potete consegnare gratuitamente le vostre batterie/i vostri accumulatori usati dove li avete acquistati oppure nei centri di raccolta pubblici nella vostra città o comune.

Questi simboli sono riportati su batterie/accumulatori contenenti sostanze tossiche.



Pb = contiene piombo
Cd = contiene cadmio
Hg = contiene mercurio
Li = contiene litio

Inserimento delle batterie (non comprese nel volume di fornitura)

1. Aprite lo scomparto per batterie sul retro della bilancia e del display a cristalli liquidi.
2. Inserite rispettivamente 3 batterie del tipo AM4 "AAA" 1,5 V. Fare attenzione ad inserire i poli correttamente (fondo del vano batterie)!
3. Richiudere il vano batterie.
4. Se non si usa l'apparecchio per un lungo periodo, togliere la batteria dall'apparecchio, per evitare la „fuoriuscita" dell'acido della batteria.
5. Non usare batterie nuove con quelle già usate oppure di un altro tipo.
6. In caso nel corso dell'applicazione dovesse comparire sul display il messaggio „Lo-1" (display a cristalli liquidi) o „Lo-2" (bilancia) segnalante mancanza di batteria, sostituite le batterie.

 **Attenzione!**
Le batterie non fanno parte dei rifiuti domestici. Consegnate le batterie scariche presso i centri di raccolta competenti o presso il rivenditore.

 **Avvertenza!**
Non esponete le batterie a fonti di forte calore e alla luce solare diretta. Non gettate mai le batterie nel fuoco.
Pericolo di esplosione!!

Montaggio a muro

 **Attenzione:** il display a cristalli liquidi è adatto anche per il montaggio a muro. Con l'ausilio del materiale di fissaggio fornito in dotazione fissate il display a cristalli liquidi alla parete. Appendente il display in una posizione dalla quale potete utilizzarlo in modo comodo e sicuro. Montate dapprima la lastra di montaggio, servendovi della lastra stessa come aiuto per la marcatura. Allineate la lastra di montaggio con l'ausilio di una livella ad acqua e segnate sulla parete i punti in cui effettuare i tre fori e procedete ad eseguirli. AccertateVi prima di non danneggiare conduttori installati nel muro! Appendete il display (2 ganci) alla lastra di montaggio.

Informazioni sulla misurazione dei grassi nel corpo

Si sconsiglia l'uso di questa bilancia alle persone che hanno un pacemaker o un altro impianto medico con elementi elettronici. La resa dell'impianto può essere messa a rischio o limitata.

L'apparecchio può funzionare correttamente solo se si sta sulle superfi ci di contatto scalzi e con i piedi asciutti!
Il principio fondamentale di questo apparecchio si basa sulla misurazione dell'impedenza elettrica del corpo.
L'apparecchio fa scorrere nel vostro corpo un segnale elettrico debole, non percepibile, per rilevare così i valori attuali del corpo.
In genere il segnale è del tutto innocuo! Ciò malgrado osservare le nostre avvertenze speciali di sicurezza!
La misurazione è nota sotto il nome di "Analisi bioelettrica dell'impedenza" (BIA), un fattore connesso con la percentuale di acqua e grasso nel corpo e con altri dati biologici (età, sesso, statura).

Ci sono persone pesanti che presentano un rapporto equilibrato tra grassi e massa muscolare e ci sono persone apparentemente magre con valori di grassi notevolmente superiori. Il grasso è un fattore che contribuisce notevolmente ad affaticare l'organismo, soprattutto il sistema cardiocircolatorio. Perciò il controllo di entrambi i valori (grassi e peso) è una premessa fondamentale per essere sani e in forma.

Grasso corporeo

Il grasso nel corpo svolge un ruolo importante nell'organismo: dalla protezione delle articolazioni all'assorbimento delle vitamine fi no alla regolazione della temperatura del corpo. L'obiettivo non è quindi quello di ridurre radicalmente la percentuale di grassi, ma creare un rapporto equilibrato tra massa muscolare e grassi e mantenerlo.

L'importanza dell'acqua per la nostra salute

L'organismo umano è composto per il 55-60% di acqua, in quantità diverse a seconda dell'età e del sesso. L'acqua deve svolgere una serie di funzioni nell'organismo:
E' un modulo delle nostre cellule. Questo signifi ca che tutte le cellule del corpo, sia che si tratti di cellule della pelle, di ghiandole, muscoli, cervello o altre, funzionano solo se contengono abbastanza acqua.
L'acqua è il solvente per sostanze importanti nel nostro organismo.
E' il vettore per le sostanze nutritive, le sostanze endogene e i prodotti del metabolismo.
I valori di riferimento per il vostro profi lo fi tness sono riportati nella tabella dei valori orientativi. Essa indica la relazione tra valori di grasso, età e sesso. Per cortesia si tenga presente che, esattamente come nel bilancio idrico, anche la percentuale di grassi è soggetta a forti oscillazioni durante la giornata. Per questa ragione si dovrebbero effettuare le misurazioni sempre alla stessa ora, al fi ne di ottenere valori paragonabili.
I risultati di misurazione calcolati della percentuale di grasso e acqua nel corpo sono solo valori di riferimento.
Se ne sconsiglia l'uso per scopi medici. In caso di dubbi su una terapia medica o una dieta per raggiungere il peso normale, farsi sempre consigliare dal proprio medico.

Caratteristiche tecniche

Preimpostazione della memoria:

Memoria	Sesso	Statura	Età (AGE)
01	Maschile	170 cm (67.0 in (inch))	30

Posizioni memoria:	16
Impostazione statura:	da 80 a 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Età:	da 6 a 100 anni
Peso minimo:	da 2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Peso massimo:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Risoluzione nella misurazione del peso:	sequenze di 100 g
Divisione del grasso corporeo:	0,1%
Margine di misurazione grasso corporeo:	1,0%–60,0%
Margine di misurazione acqua corporea:	20,0%–75,0%
Campo di misurazione massa muscolare:	10,0%-50,0%
Intervallo di misurazione delle calorie:	0-9999 kcal.
Misurazione delle calorie a passi da:	1 kcal.
Misurazione in periodi da:	24 ore
Temperatura di conservazione consentita:	tra –10 °C e +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Calendario:	2000-2099
Distanza di trasferimento:	max. 2m
Tolleranza nella precisione di misurazione del peso:	+/- 500g (+/- 11lb)

Criterio di massima della quantità di grasso corporeo in percento

Età (anni)	Donne				Uomini			
	Sotto-peso	Normale	Leggero sovrap-peso	Sovrap-peso	Sotto-peso	Normale	Leggero sovrap-peso	Sovrap-peso
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
sopra gli 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Età (anni)	Donne			Uomini		
	magro	normale	grasso	magro	normale	grasso
Sportivo 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

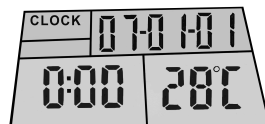
Linea guida per la percentuale di acqua corporea, muscoli e ossa rispetto al peso corporeo e apporto calorico necessario per coprire il fabbisogno giornaliero:

Esempio per calcolare la percentuale di massa ossea:
un uomo pesa 70 kg e ha 35 anni. Il peso delle ossa calcolato ammonta in percentuale a 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Età (anni)	**Donne** Valori normali				**Uomini** Valori normali			
	Acqua	**Muscoli**	**Ossa**	**Calorie (kcal)**	**Acqua**	**Muscoli**	**Ossa**	**Calorie (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
sopra gli 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Sportivo 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Avvertenza: date le forti oscillazioni della percentuale di grassi nel corpo è diffi cile avere un valore indicativo. In media l'ora migliore per effettuare la misurazione è tra le 18 e le 20 perché in questa fascia oraria la percentuale di grassi rimane molto regolare!

Impostazione dell'ora e della data



(fig. 4)

Dopo che avete inserito le batterie nel display a cristalli liquidi compaiono su di esso sempre l'ora, la data, il CLOCK e l'attuale temperatura ambiente (fig. 4). Impostate l'ora come descritto qui sotto:

Premete il tasto **SET** per impostare l'ora. Sul display lampeggia innanzitutto l'anno. Premete o il tasto **P/▲** o il tasto **ATH/▼**. Se tenete premuto il tasto **P/▲** o il tasto **ATH/▼** viene instaurato uno scorrimento rapido. Se si preme il tasto **SET** l'indicazione passa sempre al prossimo dato da impostare. ServendoVi dei tasti **P/▲ / ATH/▼** impostate il mese, il giorno, l'ora e i minuti. Confermate l'ultima immissione con il tasto **SET**, a tale punto compare l'indicazione della temperatura in C° o in F°.
I dati devono venire impostati a nuovo quando le batterie vengono rimosse dal display o quando è necessario una sostituzione delle batterie.

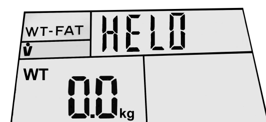
Messa in funzione

Solo pesatura
Mettete la bilancia pesapersone su una superfi cie dura e liscia (evitate la moquette). Un pavimento dalla superfi cie irregolare causa imprecisioni nella pesatura.

1. Accendete la bilancia esercitando una leggera pressione con il piede o la punta del piede sulla superficie di vetro. Una spia rossa di controllo si accende e segnala che l'apparecchio non è ancora pronto. Il pronto al funzionamento sussiste quando la spia di controllo diventa verde.

Accendete il display premendo il tasto **MODE**. Sul display a cristalli liquidi compare “8888”, WT-FAT, HELO und WT (Weight-peso).

2. Sul display (5) compare dopo alcuni secondi “WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)“ (Fig. 5).



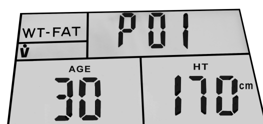
(fig. 5)

3. Se la bilancia non è accesa, vedete sul display a cristalli liquidi “WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)“.
4 Salite con entrambi i piedi sulla bilancia. Distribuite il Vostro peso uniformemente ed aspettate mentre la bilancia calcola il Vostro peso. Tenete il display in posizione verticale od orizzontale sopra la spia a raggi infrarossi sulla bilancia.
5. Il dato visualizzato sul display lampeggia dapprima 2 volte, dopo di che viene indicato il Vostro peso preciso. Quando scendete dalla bilancia tale indicazione si spegne automaticamente dopo 20 secondi.

Programmazione dei dati personali

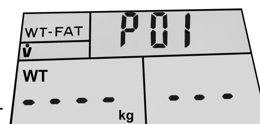
Avvertenza: le seguenti fasi devono essere eseguite successivamente ed entro pochi secondi, altrimenti l'apparecchio interrompe automaticamente la modalità di programmazione!

1. Per accendere il display premete il tasto **MODE**. Attendete fino a quando non viene visualizzata l’indicazione “WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)”. Premendo il tasto **UNIT** scegliete l’impostazione in kg, lb. o St:.
2. Ázionate nuovamente il tasto **MODE**. A questo punto premete il tasto per passare alla modalità di programmazione. Sul LCD display compare “**SE**t”, poi la scritta “**P** 01” (spazio di memoria) comincia a lampeggiare e vengono visualizzati il simbolo preimpostato per “maschio” e l’altezza preimpostata in cm (in.) (fig. 6).



(fig. 6)

3. Con i tasti **P/▲ / ATH/▼** selezionate uno spazio di memoria.
4. Dopo di ciò premete il tasto **SET**, il display passa all’impostazione successiva.
5. Nel display lampeggia il simbolo per “maschio“. Con i tasti **P/▲ / ATH/▼** selezionate una delle impostazioni (maschio o femmina).
6. Premete nuovamente il tasto **SET** ai fini di giungere all’impostazione “Statura”. Il display con l’indicazione “170” (67.0) comincia a lampeggiare. Selezionate con i tasti **P/▲ / ATH/▼** un valore compreso tra 80 (31.5 in) e 240 cm (94.5 in).
7. Premete nuovamente il tasto **SET** ai fini di giungere all’impostazione AGE (età). L’indicazione “30” comincia a lampeggiare **P/▲ / ATH/▼**. Se tenete premuto il tasto **ATH/▼** o **P/▲** si avvia una corsa rapida. Selezionate con i tasti **P/▲ / ATH/▼** un valore compreso tra 6 e 100 anni. Se l’età è inferiore ai 16 anni, nel display compare accanto ai simboli “maschio” o “femmina” il viso di un bambino.
8. Se premete nuovamente il tasto **SET** compaiono sul display per pochi secondi lo spazio di memoria, il sesso, l’età e la statura impostata, poi l’indicazione passa a “WT 0.0 kg (0.0 lb./ 0: 0 St:) e - - - (HT)”. Se la bilancia non è accesa compare l’indicazione esposta in fig. 7.



(fig. 7)

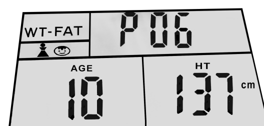
a. Premete il tasto **MODE** 3 volte per controllare ancora una volta tutte le impostazioni. Si deve poter vedere l’indicazione esposta in fig. 6.
b. Se desiderate effettuare delle modifiche, premete il tasto **MODE** fino a quando non compare la fig. 6. Premendo il tasto **P/▲** giungete alla modalità di selezione. Ora selezionate con i tasti **P/▲ / ATH/▼** lo spazio di memoria che desiderate modificare (l’indicazione lampeggia) e premete il tasto **SET**. Procedete poi come descritto ai punti 4-6.

c. Se attendete oltre 15 secondi senza effettuare alcuna operazione, il display a cristalli liquidi ritorna alla visualizzazione dell'ora.

A questo punto, i valori personali sono memorizzati alla posizione selezionata. Sono disponibili complessivamente 16 posizioni di memoria. In questo modo, oltre ai propri valori, nelle altre 15 posizioni di memoria è possibile memorizzare anche i valori personali di altri membri della famiglia.

Determinazione del peso corporeo e osseo e della percentuale di grasso corporeo, di muscoli e di acqua corporea
Salvate innanzitutto i Vostri dati personali in uno spazio di memoria. Per accendere esercitate pressione sulla bilancia, come descritto sopra. Premente il tasto di accensione **MODE**, a questo punto l'indicazione diventa visibile, come rappresentato in fig. 5. Premete nuovamente il tasto **MODE**. Premendo il tasto **P/▲** giungete alla modalità di selezione. Selezionate con i tasti **P/▲ / ATH/▼** lo spazio di memoria in cui sono memorizzati i Vostri dati.

- Sul display compaiono dapprima i dati memorizzati, come il numero di spazio di memoria (lampeggia), il sesso, l'età (AGE) e la statura (HT). Dopo di ciò viene visualizzato sul display "WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) e -.- - (HT)".
  In questo caso la persona ha 10 anni, è di sesso femminile, è alta 137 cm e occupa lo spazio di memoria 6.



(fig. 8)

Simbolo dello sportivo
In questo gruppo sono comprese persone che fanno sport per almeno 10 ore alla settimana e hanno una frequenza cardiaca di ca. 60 battiti al minuto o inferiore.
Le linee guida non valgono per sportivi professionisti, come per es. bodybuilder.

- Se sul display compare la scritta WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) e -.- - (HT) e la Vostra età è compresa tra 16 e 50 anni, dopo l'azionamento del tasto **ATH/▼** si accende il simbolo dello sportivo.

- Ora salite sulla bilancia. Prendete il display a cristalli liquidi con entrambe le mani e coprite ossia toccate le superfici di contatto con le mani.
- Attendete fino a quando il processo di misurazione non si è concluso; l'indicazione del peso sul display lampeggia uno volte.
- A questo punto il display visualizza dopo pochi secondi il peso calcolato, la percentuale di grasso corporeo (simbolo "BF %"), a cui segue la percentuale di massa muscolare (simbolo "BM %"). Inoltre la bilancia rileva la percentuale di acqua presente nell'organismo (simbolo "BW %"), il fabbisogno calorico per la giornata (KCAL) e il peso delle ossa in kg / lb. St: (BON / kg (lb., St:)).
- Qui di seguito vengono visualizzati 2 volte sul display a cristalli liquidi i valori rilevati nella sequenza data. Poi il display passa automaticamente dopo alcuni secondi di nuovo all'indicazione dell'ora.

Avvertenza:
Vengono memorizzati solo i dati personali delle singole persone, come per es. l'età, la statura, ecc. I valori rilevati come peso, fabbisogno calorico, ecc. vengono visualizzati solo una volta.

Visualizzazioni del display e messaggi di errore

Informazioni generali

Se sul display appare un messaggio di errore (Err), attendere fi nché l'apparecchio si spegne. Riaccendere per ripristinare il funzionamento. Per un reset completo (Reset) rimuovere per un attimo la batteria e ricollegarla.

Messaggi

- Accendere: Tutti i segmenti si accendono contemporaneamente. Questo è un controllo per stabilire il funzionamento ineccepibile delle visualizzazioni.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“: Il peso da misurare è troppo scarso. Un funzionamento ineccepibile non è possibile. La bilancia non è accesa
- „Err“: La percentuale di grasso/ acqua corporei calcolata è superiore al valore limite massimo o minimo del campo di misurazione. La misurazione è stata interrotta prima della conclusione oppure non è stato possibile effettuare la misurazionen.
- „0-Ld“: Se è visualizzata l'indicazione “0-Ld”, il peso è superiore a 150 kg. Non superare il peso indicato, in modo da evitare danni al sistema e al sensore.
  - Mettere la bilancia su un fondo piano e duro.
- „Lo-1“ la carica delle batterie del display è troppo bassa.
- „Lo-2“ la carica delle batterie della bilancia è troppo bassa.

Consigli per l'uso e la manutenzione

- Pesatevi senza vestiti e senza scarpe prima dei pasti e sempre alla stessa ora del giorno.
- La bilancia arrotonda per eccesso o per difetto fi no al peso più vicino in 100 g.
- Se vi pesate due volte e ottenete due indicazioni diverse, il vostro peso è tra i due valori.
- Non immergete la bilancia in acqua, si potrebbe distruggere l'elettronica.
- Togliete la batteria se non usate la bilancia per un po' di tempo.
- Trattate la bilancia con cautela perché è un meccanismo di misurazione. Non fatela cadere e non saltateci sopra.
- L'apparecchio non richiede nessuna manutenzione.
- L'apparecchio non tollera più di 150 kg (330,7 lb./23,62 St:). Non superate questo peso per evitare danni alla bilancia.

Pulizia

- Pulite la bilancia ossia la superficie di appoggio dei piedi e il display con un panno leggermente inumidito, non bagnato. Badate che nell'apparecchio non penetri né umidità né liquidi!
- Non aggiungere sostanze corrosive! Potrebbero danneggiare la scatola dell‘apparecchio!
- In aggiunta all‘acqua si può usare un comune detergente per stoviglie o sapone.
- Dopo la pulizia asciugate accuratamente ogni parte con un panno asciutto e morbido.

Questo apparecchio è stato controllato sulla base di tutte le direttive CE attuali in vigore in questo settore, quali per esempio la normativa in materia di compatibilità elettromagnetica e la direttiva in materia di bassa tensione, ed è stato costruito conformemente alle norme di sicurezza più moderne.
Con riserva di apportare modifi che tecniche.

Garanzia

Per l'apparecchio da noi messo in commercio ci assumiamo una garanzia di 24 mesi dalla data di acquisto (scontrino).

Durante la garanzia noi ci impegniamo ad eliminare gratuitamente i guasti dell'apparecchio o degli accessori, dovuti a difetti di materiale o di fabbricazione, riparandoli o, a nostra discrezione, sostituendoli. Le prestazioni in garanzia danno luogo a una proroga della garanzia né danno diritto ad una nuova garanzia!

Per la garanzia è suffi ciente lo scontrino di acquisto. Senza questo scontrino non sussiste il diritto né ad una sostituzione né ad una riparazione gratuita.
Nel caso si ricorra alla garanzia, restituire al rivenditore l'apparecchio **completo** in ogni sua parte, **nell'imballaggio originale** unitamente allo scontrino.

La riparazione di pezzi d'uso ovvero soggetti a logoramento come anche operazioni di pulizia e manutenzione o la sostituzione di pezzi soggetti a logoramento non rientrano nella garanzia e quindi sono a pagamento!

La garanzia si annulla nel caso di intervento da parte di terzi.

Dopo la garanzia

Al termine della garanzia le riparazioni possono essere eseguite dietro pagamento dal corrispettivo negozio specializzato o servizio riparazioni.

Significato del simbolo „Eliminazione“



Salvaguardare l' ambiente, gli elettrodomestici non vanno eliminati come rifiuti domestici.

Consegnare gli apparecchi elettrici non più destinati all'utilizzo ai centri di raccolta previsti per lo smaltimento di apparecchiature elettriche.

Si contribuisce così ad evitare un effetto potenziale sull' ambiente e sulla salute, dovuto magari ad una eliminazione sbagliata.

Questo significa un contributo personale alla riutilizzazione, al riciclaggio e altre forme di utilizzazione di elettrodomestici ed apparecchi elettronici usati.

Si possono trovare le corrispondenti informazioni sugli appositi luoghi di raccolta, nelle amministrazioni die comuni.

Dati tecnici

Modello:	PWI 4914 FA
Alimentazione rete:	2 x 3 1,5V AAA
Min. / mass. rapporto spinta-peso:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Peso netto della bilancia:	2,4 kg

Indicaciones generales de seguridad

- Antes de la puesta en servicio de este aparato lea detenidamente el manual de instrucciones y guarde este bien incluido la garantía, el recibo de pago y si es posible también el cartón de embalaje con el embalaje interior.
- Solamente utilice el aparato para el uso privado y para el fin previsto. Este aparato no está destinado para el uso profesional. No lo utilice al aire libre (en excepto que esté destinado para el uso limitado al aire libre). No lo exponga al calor, a la entrada directa de rayos de sol, a la humedad (en ningún caso sumerja el aparato en agua) y a los cantos agudos. No utilice el aparato con las manos húmedas.
- Controle regularmente si el aparato o el cable tiene defectos. No ponga en servicio un aparato defecto.
- No repare el aparato por su cuenta, sino vaya a un establecimiento autorizado.
- Por favor tenga atención a las “Indicaciones especiales de seguridad…“ indicadas a continuación.

Niños y personas débiles

- Para la seguridad de sus niños no deje material de embalaje (Bolsas de plástico, cartón, poliestireno etc.) a su alcance. **¡Atención!** No deje jugar a los niños con la lámina. **¡Existe peligro de asfi xia!**
- Para proteger a niños o personas débiles del peligro de aparatos eléctricos, tenga en cuenta que este aparato sólo se puede utilizar bajo vigilancia. Este aparato no es ningún juguete. **No** deje jugar a niños pequeños con ello.

Indicaciones especiales de seguridad para este aparato

- La báscula de grasa de cuerpo no es apropiada para siguientes personas:
  - Niños menores de 6 años
  - Personas con síntomas de fi ebre, edemas u osteoporosis
  - Personas en tratamiento de diálisis
  - Personas, que toman medicamentos cardiovasculares
  - Mujeres embarazadas
  - Personas con una frecuencia cardíaca inferior a 60 pulsaciones/minuto
- ¡El aparato solamente está dimensionado para un peso de cuerpo de máximo 150 kg (330,7 lb.)! ¡Un peso superior podría romper el aparato!

Indicación de los elementos de manejo

1 Tecla de conexión **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Teclas de flecha para selección
3 **SET** Tecla de memoria para valores personales
4 Tecla **UNIT** (configuración)
5 LCD Visualizador
6 Puntos de contacto (pantalla)
7 Luz infrarroja
8 Piloto de control

Lado trasero

9 Cámara para fi las

Indicación en la pantalla

10 Memoria/fecha
11 Edad (**AGE**)
12 **HT** altura cm/in (pulgadas)
13 Porcentaje – grasa en el cuerpo / agua en el cuerpo / masa muscular
14 **WT** peso corporal kg, lb, St:
15 Necesidad de calorías **KCAL**
16 Indicación grasa corporal **BF**
17 Indicación agua corporal **BW**
18 Indicación de la masa muscular **BM**
19 Indicación del peso de los huesos **BON**
20 Masculino
21 Femenino
22 Niño
23 Símbolo “deportista”

Instrucciones para el manejo de baterías

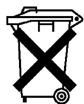
- Mantenga las baterías fuera del alcance de los niños. ¡**No** son juguetes!
- Nunca echar las baterías al fuego, ni sumergirlas en agua.

- Al introducir las baterías, preste atención a la polaridad.
- No intente abrir las baterías a la fuerza.
- Evite el contacto con objetos metálicos (anillos, clavos, tornillos, etc.) ¡Peligro de **cortocircuito**!
- En caso de un cortocircuito, las baterías pueden calentarse mucho e incluso encenderse. A consecuencia de ello pueden producirse quemaduras.
- Para su seguridad durante el transporte de las baterías los polos deben cubrirse con cinta adhesiva.
- En caso de derramarse el líquido de la batería, éste no debe llegar a los ojos o mucosas. En caso de un contacto con el líquido, lavarse las manos, enjuagarse los ojos con agua limpia, de continuar las molestias consultar a un médico.
- Las baterías desgastadas no deben echarse a la basura doméstica. Lleve las baterías viejas a uno de los puntos de reciclaje previstos para ello.

Alemania:

- Como consumidor está usted legalmente obligado a devolver las baterías/ acumuladores usados.
- Usted puede entregar sus baterías/ acumuladores usados en todos los lugares donde se venden baterías/acumuladores, así como en los puntos públicos de reciclaje en su municipio.

Las baterías/acumuladores que contienen sustancias nocivas están marcados como sigue:



Pb = contiene plomo
Cd = contiene cadmio
Hg = contiene mercurio
Li = contiene litio

Cómo colocar las pilas (no contenidas en el volumen de suministro)

1. Abra los compartimentos para las pilas que se encuentran en la parte posterior de la báscula y de la pantalla LCD.
2. Coloque 3 pilas del tipo AM4 «AAA» 1,5V en cada uno. ¡Tenga atención con la polaridad correcta (vea la indicación en el suelo del compartimento de baterías)!
3. Cierre de nuevo la cámara de baterías.
4. En caso de no utilizar el aparato por largo tiempo, retire la batería para evitar que se derrame el ácido de la misma.
5. Tipos de pila desiguales o pilas nuevas y usadas no se pueden utilizar conjuntamente.
6. En caso de que durante su uso, en la pantalla aparezca el mensaje «Lo-1» (pantalla LCD) o «Lo-2» (báscula) que indica la falta de fuente de alimentación, cambie las pilas.

 **¡Atención!**
Las pilas no deben tirarse a la basura doméstica. Por favor, entregue las pilas usadas en los puntos de recogida autorizados o al vendedor.

 **¡Cuidado!**
No exponga las pilas a fuentes de calor elevado ni a la luz solar directa. No tire nunca las pilas al fuego, ya que existe peligro de explosión.

Montaje en la pared

 **Atención:** la pantalla LCD también puede ser instalada en la pared. Con ayuda de los materiales de fijación adjuntos puede asegurar la pantalla LCD a la pared. Cuelgue la pantalla en un lugar en el que pueda utilizarla de forma cómoda y segura. En primer lugar, fije la placa de soporte. Para ello, utilice la placa como ayuda de marcación. Oriente la placa de soporte con ayuda de un nivel y dibuje los tres agujeros en la pared. Taladre tres agujeros a esta distancia. Antes de hacerlo, asegúrese de que no haya conductos en la pared que puedan resultar dañados. Cuelgue la pantalla (2 ganchos) en la placa de soporte.

Información acerca de la medición de la grasa del cuerpo

Personas que tengan un marcapasos u otra implantación médica con componentes electrónicos, desaconsejamos usar esta

báscula. Con ello, se puede arriesgar o perjudicar la efi cacia de la implantación.

¡El aparato solamente puede funcionar de forma correcta, si se pone sobre las superfi cies de contacto descalzo y con los pies secos!

El principio básico de este aparato se basa en la medición de la impedancia eléctrica del cuerpo. Para esto el aparato deja correr por su cuerpo una débil señal eléctrica que no se siente. De esta forma se puede calcular los valores actuales del cuerpo.
¡La señal por lo general no es peligrosa! ¡No obstante, contemple para ello nuestras indicaciones especiales de segurid d! La medición es conocida bajo el concepto „Análisis de impedancia bioelectrónica“ (BIA), un factor, que depende del porcentaje de grasa y agua corporal y que está relacionado con otros datos biológicos (Edad, sexo, estatura).

Hay personas obesas que tienen una relación equilibrada entre su masa de grasa y su masa muscular y hay personas delgadas con valores de grasa notablemente elevados. La grasa es un factor, que esfuerza notablemente el organismo, en particular el sistema cardíaco-circular. El control de estos dos valores (grasa y peso) son la base para la salud y el bienestar.

Grasa corporal

La grasa del cuerpo es un componente importante del cuerpo. Desde las protección de las articulaciones, el almacenamiento de las vitaminas y la regulación de la temperatura corporal, la grasa se encarga de una función importante en el cuerpo. La meta no puede ser reducir radicalmente la cuota de grasa, sino alcanzar y mantener un equilibrio entre la masa muscular y la masa de grasa.

El signifi cado de agua para nuestra salud

El organismo humano existe aprox. un 55% a un 60% de agua, dependiendo de la edad y del sexo en diferente cantidad. El agua tiene que desempeñar una serie de funciones en el cuerpo:
Es el elemento constituyente de nuestras células. Esto signifi ca que todas las células del cuerpo, bien sean de piel, de glándula, de músculo, cerebro u otras, sólo podrán desempeñar su función correcta, si contienen sufi cientemente agua.
Es diluyente para sustancias importantes en nuestro organismo.
Es medio de transporte para sustancias nutritivas, sustancias propias del cuerpo y productos de metabolismo. Valores de referencia para su perfi l de buena forma podrá contemplar en la tabla orientativa. Muestra la dependencia de los valores de grasa de la edad y del sexo. Tenga siempre atención, que como sucede con el metabolismo hídrico, también la cuota de grasa varia durante el día. Por ello siempre mida a la misma hora para obtener un valor comparable. Los resultados calculados de medición de la grasa corporal y del agua corporal solamente son valores de referencia. No son recomendados para hacer de ellos uso medicinal. Rogamos consultar siempre a su médico, si tiene que aclarar alguna cuestión respecto a un tratamiento medicinal o a una dieta para conseguir su peso normal.

Datos técnicos

Preajuste de la memoria:

Memoria	Sexo	Altura	Edad (AGE)
01	masculino	170 cm (67.0 in (inch))	30

Espacios de memoria:	16
Ajuste de la altura:	de 80 a 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Edad:	de 6 a 100 años
Peso mínimo:	a partir de 2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Peso máximo:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Resolución en la medición del peso:	100 g pasos
Distribución de la grasa corporal:	0,1 %
Gama de medida de la grasa corporal:	1,0%–60,0%
Gama de medida del agua corporal:	20,0%–75,0%
Gama de medición de la masa muscular:	10,0%-50,0%
Intervalo de medición de calorías:	0-9999 Kcal
Distribución de las calorías:	1 Kcal
Escala de tiempo:	24 horas
Temperatura de conservación aut.:	de –10 °C a +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Calendario:	2000-2099
Distancia de transmisión:	máx. 2 m
Precisión de medida para el peso:	+/- 500 g (+/- 11 lb)

Norma de la proporción de la grasa corporal en por ciento

Edad (años)	Mujeres				Hombres			
	Falta de peso	Normal	Sobre-peso ligero	Sobre-peso	Falta de peso	Normal	Sobre-peso ligero	Sobre-peso
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
mayores de 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Edad (años)	Mujeres			Hombres		
	Delgado/ flaco	Normal	Obeso/ gordo	Delgado/ flaco	Normal	Obeso/ gordo
Deportista 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

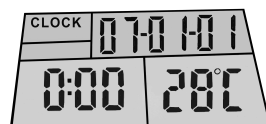
Orientación sobre el porcentaje de agua, músculos y huesos en el peso corporal y la necesidad de calorías para cubrir la necesidad diaria:

Ejemplo para calcular el porcentaje de huesos:
Un hombre pesa 70 kg y tiene 35 años de edad. El peso corporal determinado es de 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Edad (años)	**Mujeres** Valores normales				**Hombres** Valores normales			
	Agua	**Músculos**	**Huesos**	**Calorías (kcal)**	**Agua**	**Músculos**	**Huesos**	**Calorías (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
mayores de 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Deportista 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Nota: Por motivos de grandes variaciones es difícil de obtener un valor orientativo. Por lo general el horario ideal para realizar la mediación es de 18 a 20 horas, ya que en estas horas la cuota de grasa esta muy equilibrada.

Cómo configurar la hora y la fecha



(ilustr. 4)

Una vez ha colocadas las pilas en la pantalla, aparecerá la hora, la fecha, CLOCK (reloj) y la temperatura ambiente actual (ilustr. 4) en la pantalla LCD. Configure la hora como se describe a continuación:

Pulse la tecla **SET** para configurar la hora. En primer lugar, en la pantalla LCD parpadeará el año. Pulse las teclas **P/▲** o **ATH/▼**. Si mantiene las teclas **P/▲** o **ATH/▼** pulsadas, la hora pasará a marcha rápida. Pulsando la tecla **SET**, el indicador pasará siempre a la siguiente configuración. Ajuste mediante las teclas **P/▲** y **ATH/▼** el mes, el día, las horas y los minutos. Confirme la última entrada con la tecla **SET** y aparecerá el indicador de temperatura en °C o °F. Pulsando la tecla **UNIT**, el indicador cambiará de °C a °F.
Será necesario configurar de nuevo los datos cuando se saquen las pilas de la pantalla o cuando sea necesario un cambio de pilas.

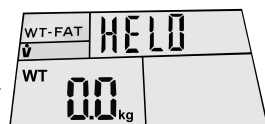
Puesta en servicio

Función única de peso
Posicione la báscula en un suelo llano y firme (evite las moquetas). Un suelo poco llano produce resultados inexactos al pesarse.

1. Encienda la báscula presionando ligeramente con el pie o con la punta del pie sobre la superficie de cristal. Se encenderá un piloto de control que indicará que el aparato aún no está disponible. La báscula podrá utilizarse cuando se encienda el piloto de control de color verde. Encienda

la pantalla con la tecla **MODE**. En la pantalla LCD aparecerá «8888», WT-FAT, HELO y WT (weight o peso).

2. Tras varios segundos, en la pantalla (5) aparecerá «WT 0.0 kg (0.0 lb/0:0 St:)» (ilustr. 5).



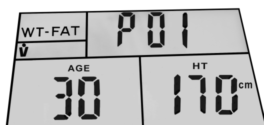
(ilustr. 5)

3. En caso de que la báscula no esté encendida, verá que aparece «WT - - - - kg (- - - - lb, - - - - St:)» en la pantalla LCD.
4. Colóquese con ambos pies sobre la báscula. Reparta su peso regularmente y espere mientras la báscula calcula su peso. Mantenga la pantalla en posición vertical u horizontal sobre la luz infrarroja de la báscula.
5. En primer lugar, el indicador de la pantalla parpadeará 2 veces y a continuación se mostrará su peso exacto. Al bajar de la báscula, ésta se apagará automáticamente tras unos 20 segundos.

Programar los datos personales

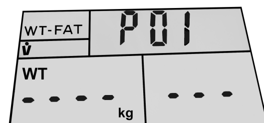
Nota: ¡Los siguientes pasos los debaría hacer sucesivos y dentro de unos segundos, ya que si no el aparato interrumpe automáticamente el modo de programación!

1. Para encender la pantalla, pulse la tecla **MODE**. Espere hasta que aparezca el indicador «WT 0.0 kg (0.0 lb/0:0 St:)». Pulsando la tecla **UNIT**, seleccione la configuración kg, lb o St:.
2. Vuelva a pulsar la tecla **MODE**. Pulse a continuación la tecla para llegar al modo de programación. En la pantalla LCD aparece "**SEt**", después parpadea la indicación "**P** 01" (espacio de memoria), se indican el símbolo previamente ajustado para "hombre" y la talla previamente ajustada en cm (in.) (ilustr. 6).



(ilustr. 6)

3. Seleccione con las teclas "**P/▲ / ATH/▼**" un espacio de memoria.
4. Pulse a continuación la tecla **SET**, la pantalla cambia al próximo ajuste.
5. En la pantalla parpadea el símbolo para "hombre". Seleccione con las teclas "**P/▲ / ATH/▼**" un ajuste (hombre o mujer).
6. Pulse de nuevo la tecla **SET** para llegar al ajuste "talla". La indicación "170" (67.0) parpadea. Seleccione con las teclas "**P/▲ / ATH/▼**" un valor entre 80 (31.5 in) y 240 cm (94.5 in).
7. Pulse de nuevo la tecla **SET** para llegar al ajuste AGE (edad). La indicación "30" parpadea. Si se mantiene pulsada la tecla "**ATH/▼**" o "**P/▲** " se activa una marcha rápida. Seleccione con las teclas "**P/▲ / ATH/▼**" un valor entre 6 y 100 años. Si la edad es menor de 16 años se visualiza en la pantalla al lado de los símbolos de hombre o mujer una cara de niño.
8 Volviendo a pulsar la tecla **SET**, aparecerán la posición memoria, el sexo, la edad y la altura ajustados durante varios segundos en la pantalla LCD. A continuación, el indicador pasará a «WT 0.0 kg (0.0 lb/ 0:0 St:) y - - - (HT)». En caso de que la báscula no esté encendida, aparecerá un indicador como en la ilustr. 7.



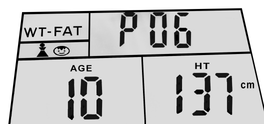
(ilustr. 7)

a. Pulse la tecla **MODE** 3 veces para volver a ver la configuración completa. El indicador de la ilustr. 6 debe estar visible.
b. En caso de que desee realizar algún cambio, pulse la tecla **MODE** hasta que aparezca la ilustr. 6. Pulsando la tecla **P/▲** accederá al modo de selección. A continuación, mediante las teclas **P/▲** y **ATH/▼** seleccione la posición de memoria que quiera modificar (el indicador parpadeará) y pulse la tecla **SET**. A continuación, proceda como se describe en los puntos 4-6.
c. En caso de que pasen más de 15 segundos de inactividad, la pantalla LCD volverá a la hora.

Sus valores personales son memorizados ahora en el espacio de memoria escogido de Vd. Dispone de 16 espacios de memoria en total. Por tanto tiene la posibilidad de memorizar también los valores personales de otros miembros de la familia en otros 15 espacios de memoria.

Determinación del peso corporal y de los huesos así como del porcentaje de grasa, músculos y agua en el cuerpo
Almacene antes sus datos personales en un espacio de memoria. Para encenderla, presione sobre la báscula como se describe anteriormente. Si pulsa la tecla de encendido **MODE**, el indicador se hará visible como en la ilustr. 5. Vuelva a pulsar la tecla **MODE**. Pulsando la tecla **P/▲** accederá al modo de selección. Seleccione con las teclas "**P/▲ / ATH/▼**" el espacio de memoria en donde están almacenados sus datos.

- En primer lugar, en pantalla aparecerán los datos almacenados como el número de posición de memoria (parpadeando), el sexo, la edad (AGE) y la altura (HT). Por último, en la pantalla se mostrará «WT 0.0 kg (0.0 lb/0:0 St:) y -.- - (HT)». En este caso la persona tiene 10 años, es mujer y mide 137 cm, y ocupa la posición de memoria 6.



(ilustr. 8)

Símbolo de deportista
Bajo este grupo cuentan las personas que practican como mínimo 10 horas de deporte a la semana y que tienen una frecuencia cardiaca de aprox. 60 palpitaciones/min o menor.
Las orientaciones no proceden para deportistas profesionales como p.e. culturistas.
- Si en la pantalla se indica WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) y -.- - (HT) y su edad se encuentra entre 16 y 50 años se ilumina el símbolo de deportista después de pulsar la tecla "**ATH/▼**".

- Párese ahora en la balanza. Coja la pantalla LCD con ambas manos y rodee o toque los puntos de contacto con las manos.
- Espere hasta que haya concluido el proceso de medición, la indicación de peso en la pantalla parpadea 1 veces.
- Pasados unos segundos, la pantalla mostrará su peso calculado, su porcentaje de grasa corporal (símbolo «BF %»), seguido del porcentaje de masa muscular («BM %»). Además, la báscula le indicará el porcentaje de agua corporal («BW %»), las calorías necesarias al día (KCAL) y el peso de los huesos en kg, lb, St: (BON / kg (lb, St:)).
- A continuación, se mostrarán 2 veces los valores calculados en la pantalla LCD según el orden de introducción. Después, la pantalla pasará a la hora automáticamente o tras varios segundos de inactividad.

Aviso:
Únicamente se guardarán los datos personales de cada persona como, por ejemplo, edad, altura, etc. Los valores calculados como peso, calorías necesarias, etc. sólo aparecerán una vez.

Indicaciones en el display y avisos de error

Generalidades
Si aparece en el display un aviso de error (Err), espere hasta que se desconecte el aparato. A continuación conecte de nuevo el aparato, para retomar el funcionamiento. Para un ajuste completo a la posición inicial (Reset) retire por un momento la pila y a continuación conecte ésta de nuevo.

Avisos

• Conexión:	Todos los segmentos se iluminan al mismo tiempo. Esto es un control para el funcionamiento correcto de las indicaciones.
• „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“:	El peso a medir es muy bajo. No es posible un funcionamiento correcto.

La báscula no se enciende.
- „Err“: El porcentaje calculado de la grasa corporal/agua corporal se encuentra sobre respectivamente bajo del valor límite de la alcance de medición. La medición fue interrumpido antes de que el proceso de medición estaba terminado respectivamente no se podía hacer una medición.
- „0-Ld“: Si el display indica „0-Ld“, el peso sobrepasa los 150 kg. No cargue la balanza con más de lo indicado para evitar daños al utensilio o al sensor. - Ubique la báscula sobre una base plana y dura.
- «Lo-1» El estado de carga de las pilas de la pantalla es demasiado bajo.
- «Lo-2» El estado de carga de las pilas de la báscula es demasiado bajo.

Consejos para el uso y el cuidado

- Pesése siempre sín ropa y zapatos antes de comer y siempre a la misma hora.
- La báscula redondea hacia arriba o hacia abajo siempre en pasos de 100 g.
- En caso de que se pese dos veces y los pesos sean diferentes, está su peso entre medio de estas dos indicaciones.
- No sumerja la báscula en agua, esto podría dañar la electrónica de ella.
- Quite las baterías si no se usa la balanza por algún período de tiempo.
- Cuide la báscula, se trata de un instrumento de medida. Por favor no se tire o salte encima de la báscula.
- El aparato está completamente ausente de entretenimiento.
- Para evitar defectos en el aparato, no sobrecargue el aparato con más de 150 kg (330,7 lb./23,62 St:).

Limpieza

- Limpie la báscula, los puntos de apoyo y la pantalla con un paño ligeramente húmedo, no mojado. Asegúrese de que no penetre humedad ni líquidos en el aparato.
- ¡No utilice aditivos agresivos! ¡Podría estropear la carcasa del aparato!
- Como aditivo puede utilizar un agente de lavado ordinario o jabón.
- Tras su limpieza, seque bien las partes con un paño suave y seco.

Este aparato se ha examinado según las normativas actuales y vigentes de la Comunidad Europea, como p.ej. compatibilidad electromagnética y directiva de baja tensión y se ha construido según las más nuevas especificaciones en razón de la seguridad.

No reservamos el derecho de efectuar modificaciones técnicas.

Garantía

Para el aparato comercializado por nosotros nos responsabilizamos con una garantía de 24 meses a partir de la fecha de compra (factura de compra).

Durante el período de garantía nos encargamos gratuítamente de los defectos del aparato y de los accesorios, que se hayan originado por defectos del material o de la fabricación.

Dependiendo de nuestra estimación se realizará una reparación o un cambio. ¡Los servicios de garantía no prolangan la garantía, ni se incia por ello un período nuevo de garantía!

Como comprobante para la garantía es válido la factura de compra. Sin este comprobante no se podrá realizar un cambio o una reparación gratuíta.

En caso de garantía entregue el aparato **completo** en su **embalaje original** junto con la factura a su agente comerciante.

Defectos en los accesorios de uso o en las piezas de desgaste, como también la limpieza, mantenimiento o el recambio de piezas de desgaste no recaen en la garantía e irán al cargo del cliente!

En caso de intervención ajena se expira la garantía.

Después de la garantía

Después de haber expirado la garantía se pueden realizar las reparaciones por el concesionario o por el servicio de reparaciones. Los gastos irán al cargo del cliente.

Significado del símbolo „Cubo de basura“



Proteja nuestro medio ambiente, aparatos eléctricos no forman parte de la basura doméstica.

Utilice los depósitos centrales previstos para el tratamiento de desechos y entregue allí sus aparatos eléctricos que ya no se usan.

Ayudará en evitar las potenciales consecuencias, a causa de una erronéa eliminación de desechos, para el medio ambiente y la salud humana.

Con ello, contribuirá a la recuperación, al reciclado y a otras formas de reutilización de los aparatos viejos eléctricos y electrónicos.

La información cómo se debe eliminar los aparatos, se obtiene en su ayuntamiento o su administración municipal.

Datos técnicos

Modelo:	PWI 4914 FA
Suministro de tensión: Min. / Máx.	2 x 3 1,5V AAA
Carga de peso:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Peso neto de la báscula:	2,4 kg

Instruções gerais de segurança

- Antes de pôr este aparelho a funcionar, leia muito atentamente as instruções de emprego e guarde-as muito bem, juntamente com o talão de garantia, o talão de compra e, tanto quanto possível, a embalagem com os elementos interiores.
- Utilize o aparelho exclusivamente para fins privados e para a finalidade para a qual o mesmo foi concebido. Este aparelho não se destina a fins comerciais. Não o utilize ao ar livre (a não ser que o mesmo possa ser usado ao ar livre sob determinadas condições). Mantenha-o protegido do calor, de irradiação solar directa, da humidade (não o imergir de forma alguma em quaisquer líquidos) e de arestas aguçadas. Não utilize o aparelho com as mãos molhadas.
- Verifique regularmente se o aparelho ou o fio têm alguns danos. Nunca ponha a funcionar um aparelho com quaisquer danos.
- Não tente reparar o aparelho, dirija-se a um técnico da especialidade, devidamente autorizado.
- É favor observar as seguintes „Instruções especiais de segurança…“.

Crianças e pessoas débeis

- Para a segurança dos seus fi lhos, não deixe partes da embalagem (sacos plásticos, papelão, esferovite, etc.) ao alcance dos mesmos.
  Atenção! Não deixe crianças pequenas brincarem com folhas de plástico.
  Perigo de asfi xia!
- Para proteger crianças ou pessoas débeis contra os perigos de aparelhos eléctricos, preste atenção a que este aparelho só seja utilizado sob vigilância. Estre aparelho não é um brinquedo. **Não** deixe crianças brincar com ele.

Instruções especiais de segurança para este aparelho

- A balança para análise da gordura do corpo não é apropriada para as pessoas seguintes:
  - Crianças commenos de seis anos
  - Pessoas com sintomas de febre, com edemas ou osteoporose
  - Pessoas em tratamento de diálise
  - Pessoas que tomem medicamentos cardiovasculares
  - Grávidas
  - Pessoas com uma frequência cardiológica inferior a 60 pulsações por minuto
- O aparelho foi concebido para um peso máximo de 150 kg (330,7 lb.)! Um peso maior poderá destruir o aparelho!

Descrição dos elementos

1 Interruptor **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Teclas de setas para selecção
3 **SET** Tecla de memorização para valores pessoais
4 Tecla **UNIT** (Ajuste)
5 LCD Visor
6 Superfícies de contacto (Display)
7 Lâmpada infravermelha
8 Lâmpada de controlo

Verso

9 Compartimento de pilhas

Indicação Display

10 Espaço de memória/Data
11 Idade (**AGE**)
12 **HT** altura cm / in(ch)
13 percentual – gordura/água/ massa muscular
14 **WT** peso kg, lb. St:
15 demanda de cylorias **KCAL**
16 Indicação gordura **BF**
17 Indicação da água do corpo **BW**
18 indicação massa muscular **BM**
19 indicação **BON** peso dos ossos
20 Masculino
21 Feminino
22 criança
23 símbolo “desportista“

Indicações relativas ao uso de pilhas

- Mantenha as pilhas afastadas das ciranças. Elas **não** são brinquedo!
- Nunca atire as pilhas para o lume e não as meta dentro de água.

- Preste atenção à polaridade ao colocar as pilhas.
- Não abra as pilhas com o uso de força.
- Evite o contacto com objectos metálicos. (Anéis, pregos, parafusos, etc…) Existe o **perigo de curto-circuito**!
- As pilhas podem aquecer com um curto-circuito e eventualmente mesmo incendiar-se. A consequência podem ser queimaduras.
- Ao transportar pilhas, os pólos das pilhas devem ser, para sua segurança, tapados com fita isoladora.
- Se uma pilha não está estanque e escorre, não aproximar o líquido dos olhos ou de mucosas. Em caso de contacto lavar as mãos, enxaguar os olhos com água limpa, e, se houver problemas, que não se deixam solucionar, consultar um médico.
- Pilhas usadas não devem ser deitadas para o lixo caseiro. Deite as pilhas usadas no pilhão para tal previsto.

Alemanha:

- Como consumidor é obrigado por lei a devolver as pilhas e acumuladores usados.
- Pode devolver as suas pilhas ou acumuladores velhos gratuitamente em todos os estabelecimentos onde se compram as mesmas, assim como nos pontos de recolha (pilhões) urbanos ou municipais.

Encontra estes sinais nas pilhas e acumuladores que contêm substâncias poluentes:



Pb = contém chumbo
Cd = contém cádmio
Hg = contém mercúrio
Li = contém lítio

Colocação das baterias (As baterias não estão contidas no volume de fornecimento)

1. Abra o compartimento das baterias no lado de trás da balança e do display LCD.
2. Coloque respectivamente 3 baterias do tipo AM4 „AAA“ 1,5V. Preste atenção a que a polaridade seja a correcta (veja o fundo do compartimento de baterias)!
3. Torne a fechar o compartimento.
4. No caso de a balança não ser utilizada durante um período prolongado, retire a pilha, para evitar que haja um “derramamento” de ácido da mesma.
5. Não utilizar conjuntamente tipos de baterias desiguais ou baterias novas e usadas.
6. Sempre que surgir no display a indicação ”Lo-1“ (LCD Display) ou ainda ”Lo-2“ (balança) referentes a baixa carga das baterias, substitua-as.

 **Atenção!**
Baterias não devem ser jogadas no lixo caseiro. Queira levar baterias vazias ao posto de colecta competente, ou entragá-las ao seu comerciante.

 **Aviso!**
Não exponha as baterias a calor excessivo, nem à incidência directa dos raios solares. Nunca jogue baterias no fogo.
Há risco de explodirem!

Montagem na parede

 **Atenção:** O display LCD também é apropriado para a montagem na parede. Com auxílio do material de fixação em anexo, fixe o display LCD na parede. Pendure o display em um sítio onde possa operá-lo de modo confortável e seguro. Monte inicialmente a placa de montagem, para tanto, utilize a placa para fazer as marcas necessárias. Ajuste a placa de montagem com auxílio de um nível de bolha de ar e marque os três furos na parede. Faça os três furos na distância marcada. Certifique-se antes se não irá danificar dutos escondidos na parede! Pendure o display (2 ganchos) na placa de montagem.

Informações sobre a medição da gordura do corpo

Pessoas que usem um „pace-maker“ ou outra implantação medicinal com peças electrónicas, não deverão usar esta balança. A implantação poderá ser posta em risco ou sofrer outros impedimentos.

O aparelho só funcionará correctamente se se colocar sobre as superfícies de contacto de pés descalços e secos!

O princípio básico deste aparelho é a medição da resistência eléctrica aparente (impedância) do corpo. Para tal, o mesmo emitirá um sinal eléctrico fraco e não sensível que percorrerá o corpo para medir os respectivos valores actuais.
O sinal é, em geral, completamente inofensivo! Consulte por favor as nossas instruções de segurança especiais.
A medição é denominada „Análise bioeléctrica da impedância" (ABI), um factor relacionado com a percentagem de gordura e de água do corpo, assim como com outros dados biológicos (idade, sexo, altura).

Há pessoas pesadas com uma proporção equilibrada entre a massa de gordura e de músculos, e existem aparentemente pessoas esguias com uma percentagem de gordura manifestamente elevada. A gordura é um factor que contribui sobremaneira para uma sobrecarga do organismo, em especial do sistema cardíaco e circulatório. O controle de ambos os valores (gordura e peso) são porisso uma condição básica para a saúde e a „fitness".

Gordura do corpo

A gordura é um elemento importante do organismo que não só protege as articulações, mas também armazena vitaminas e efectua a regulação da temperatura do corpo. Assim, a fi nalidade não consiste em reduzir radicalmente a percentagem de gordura que se encontra no corpo, mas atingir e manter uma proporção equilibrada entre a massa de gordura e de músculos.

O significado da água para a nossa saúde

O organismo humano é composto por cerca de 55-60% de água, dependendo a quantidade da idade e do sexo de cada um.
A água desempenha uma série de tarefas no nosso corpo:
É um elemento essencial das nossas células. Isto signifi ca que todas as células do corpo, sejam elas células da pele, das glândulas, dos músculos ou do cérebro, só estarão em condições de funcionar se tiverem água suficiente.
É um diluente de substâncias importantes do nosso organismo.
É meio de transporte de substâncias nutritivas, de substâncias próprias do corpo e de produtos metabólicos. Consulte a tabela de valores de referência para estabelecer o seu perfi l de "fitness". A mesma indica os valores relativos a gordura, em função da idade e do sexo. Terá de se tomar sempre em consideração o facto de que, tal como a percentagem de líquido do corpo, também a de gordura varia fortemente durante o dia. Assim, as medições deverão ser efectuadas sempre à mesma hora para se obter um valor real. Os valores referentes a medições da percentagem de gordura e de água do corpo constantes da tabela, são apenas valores de referência. Não se recomenda o seu uso para fi ns medicinais. Consulte o seu médico, sempre que tenha quaisquer perguntas relacionadas com um tratamento clínico ou com uma dieta para conseguir o peso normal.

Características técnicas

Regulação prévia da memorização:

Memória	Sexo	Altura	Idade (AGE)
01	masculino	170 cm (67.0 in (inch))	30

Posições de memória:	16
Regulação da altura:	de 80 a 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Idade:	de 6 a 100 anos
Peso mínimo:	a partir de 2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Peso máximo:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Medição do peso:	intervalos de 100 g
Graduação gordura do corpo:	0,1%
Campo de medição da gordura do corpo:	1,0%–60,0%
Campo de medição da água do corpo:	20,0%–75,0%
Área de mediçao de massa muscular:	10,0%-50,0%
Área de medição de calorias:	0-9999 Kcal.
Unidades medidas:	1 Kcal.
Graduaçao do tempo:	24 horas
Temperatura de armazenamento admitida:	–10 °C até +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Calendário:	2000-2099
Distância de transmissão:	máx. 2m
Precisão da medição de peso:	+/- 500g (+/- 11lb)

Directriz referente a parte de água do corpo em porcentos

Idade (anos)	**Mulheres**				**Homens**			
	Falta de peso	Normal	Ligeiro sobre-peso	Sobre-peso	Falta de peso	Normal	Ligeiro sobre-peso	Sobre-peso
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
mais de 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Idade (anos)	**Mulheres**			**Homens**		
	fino/ magro	normal	obeso/ gordo	fino/ magro	normal	obeso/ gordo
desportista 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Directris dos percentuais de água, músculos e ossos do corpo em relação ao peso do corpo, e demanda de calorias, afim de cobrir o necessário para um dia:

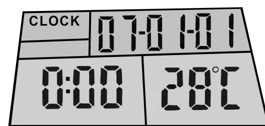
Exemplo de cálculo do percentual de ossos:
Um homem pesa 70 kg e tem 35 anos de idade. O peso dos ossos estabelecido é de 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Idade (anos)	**Mulheres** Valores normais				**Homens** Valores normais			
	água	**músculos**	**ossos**	**calorias (kcal)**	**água**	**músculos**	**ossos**	**calorias (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
mais de 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
desportista 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Nota: Devido às grandes fl utuações da percentagem de gordura, é difícil conseguir-se um valor de referência. Emmédia, a altura para se proceder à medição da percentagem de gordura do corpo de um adulto é entre as 18 e as 20 horas, pois tal percentagem permanece muito constante durante estas horas do dia!

Ajustar horário e data

Depois de colocar as baterias no display, são indicadas no display LCD sempre o horário, a data, CLOCK e a temperatura ambiente actual (fig. 4). Ajuste o horário conforme descrito a seguir:



(fig. 4)

Pressione a tecla **SET** para ajustar o horário. No display LCD pisca inicialmente a indicação do ano. Pressione a tecla **P/▲**, ou a tecla **ATH/▼**. Depois de premir a tecla **P/▲**, ou **ATH/▼**, é iniciado um ciclo rápido. Ao pressionar a tecla **SET** a indicação salta sempre ao ajsute seguinte. Com auxílio das teclas **P/▲** / **ATH/▼** ajuste o mês, o dia, as horas e os minutos. Confirme a última entrada com a tecla **SET**, em seguida é indicada a temperatura em °C, ou ainda, em °F. Ao pressionar a tecla **UNIT**, a indicação muda de °C para °F.
Quando as baterias são retiradas do display, ou quando as baterias são substituídas, os dados tem de ser novamente ajustados.

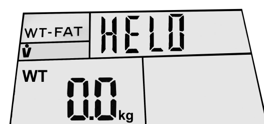
Primeira utilização

Função de pesagem
Colocar a balança sobre uma superfície dura e plana (evitar alcatifas). Uma superfície irregular provocará imprecisões.

1. Com uma leve pressão do pé, ou ainda, da ponta do pé sobre a superfície de vidro, você liga a balança. Uma lâmpada vermelha de controlo acende e sinaliza, que o aparelho ainda não está pronto para ser

colocado em funcionamento. A capacidade de funcionamento é indicada através de uma lâmpada de controlo verde. Ligue o display com a tecla **MODE**.
No display LCD irá surgir a indicação "8888", WT-FAT, HELO e WT (Weight-peso).

2. Passados alguns segundos surge no display (5) a indicação "WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)" (Fig. 5).



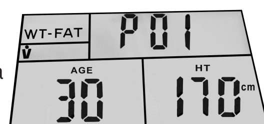
(fig. 5)

3. Se a balança não estiver ligada, você verá "WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)" no display LCD.
4. Suba na balança com os dois pés. Distribua o seu peso de modo uniforme e aguarde enquanto a balança calcula o seu peso. Mantenha o display na vertical ou na horizontal sobre a lâmpada infravermelha da balança.
5. Inicialmente a indicação do display pisca 2 x e em seguida é indicado o seu peso exacto. Assim que você descer da balança, está irá desligar-se de modo automático, passados aprox. outros 20 segundos.

Programação dos dados pessoais

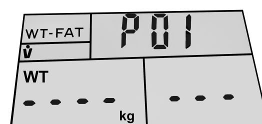
Nota: As sequências seguintes deverão ser efectuadas consecutivamente e dentro de alguns segundos pois, de contrário, o aparelho interromperá automaticamente a programação!

1. Para ligar o display pressione a tecla **MODE**. Agurade até que surja a indicação "WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)". Para seleccionar a indicação kg, lb. ou St:., queira premir a tecla **UNIT**.
2. Prima outra vez a tecla **MODE**. Em seguida, prima a tecla **SET**, afim de entrar no modo de programação. No LCD display surge "**SEt**", em seguida pisca a indicação "**P** 01" (local de armazenamento), o símbolo pré-ajustado de "masculino", e é indicada a altura pré-ajustada em cm (in.) (fig. 6).



(fig. 6)

3. Com auxílio da teclas **P/▲ / ATH/▼** seleccione um local de armazenamento.
4. Em seguida, prima a tecla **SET**, o display altera para o próximo ajuste.
5. O símbolo para "masculino" pisca no display. Com auxílio das teclas **P/▲ / ATH/▼** seleccione um ajuste (masculino ou feminino).
6. Prima novamente a tecla **SET**, afim de entrar no ajuste "altura". A indicação "170" (67.0) pisca. Com auxílio das teclas **P/▲ / ATH/▼** seleccione um valor entre 80 (31.5 in) e 240 cm (94.5 in).
7. Prima novamente a tecla **SET**, afim de entrar no ajuste AGE (idade). A indicação "30" pisca. Mantendo as teclas **ATH/▼** ou **P/▲** apertadas, inicia um curso rápido. Com auxílio das teclas **P/▲ / ATH/▼** seleccione um valor entre 6 e 100 anos. Se a idade for inferior a 16, o display indica, ao lado dos símbolos masculino ou feminio, o rosto de uma criança.
8. Se premir outra vez a tecla **SET** surgem por alguns segundos no display LCD o sítio de memória, o sexo, a idade, e a altura ajustados, em seguida a indicação altera para "WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) e - - - (HT)". Se a balança não estiver ligada, surge a indicação conforme fig. 7.



(fig. 7)

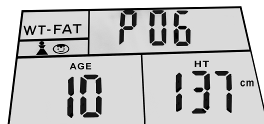
a. Pressione 3 veues a tecla **MODE** para ver novamente todos os ajustesA indicação fig. 6 tem de estar visível.
b. Para efectuar alterações, queira premir a tecla **MODE** até surgir a fig. 6. Ao premir a tecla **P/▲** você chega ao modo de selecção. Agora, com auxílio das teclas **P/▲ / ATH/▼**, seleccione o sítio de memória onde pretende efectuar a alteração (a indicação pisca), e prima a tecla **SET**. Prossiga como descrito sob o ponto 4-6.

c. Se passarem mais de 15 segundos sem qualquer ocorrência, o display LCD retorna à indicação da hora.

Os seus valores pessoais estão agora armazenados no local de armazenamento seleccionado.Você tem à diposição 16 locais de armazenamento. Assim, em 15 outros locais de armazenamento você tem a possibilidade de armazenar também os valores de outros membros da família.

Determinação do peso do corpo e dos ossos, do percentual de gordura, músculos e água
Inicialmente armazene seus dados pessoais num local de armazenamento.
Para ligar o aparelho pressione a balança, como descrito anteriormente. Pressione a tecla de ligamento **MODE**, a indicação aparece conforme indicado na fig. 5. Prima novamente a tecla **MODE**. Ao pressionar a tecla **P/▲** você entra no modo de selecção. Com auxílio da tecla **P/▲ / ATH/▼** seleccione o seu local de armazenamento, onde foram armazenados os seus dados.

- No display surgem inicialmente dados ajustados, como número do sítio de memória (pisca), o sexo, a idade (AGE) e a altura (HT). Em seguida são indicados no display, ”WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) e -.- - (HT)“.
  Neste caso a pessoa: tem 10 anos, é do sexo feminino, e sua altura corresponde a 137, o seu sítio de memória tem o número 6.



(fig. 8)

Símbolo desportista
Este grupo diz respeito às pessoas que praticam no mínimo 10 horas de esporte por semana e que tem um frequência cardíaca de aprox. 60 batidas/min. ou menos.
As directrizes não dizem respeito a desportistas profissionais, como p.ex. bodybuilder.

- Quando o display indica WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) e -.- - (HT), e se a sua idade for entre 16 e 50 anos, prima a tecla **ATH/▼**, em seguida reluz o símbolo desportista.

- Queira agora subir na balança. Segure o display LCD com as duas mãos e envolva, ou ainda toque as superfícies de contacto com as mãos.
- Queira aguardar até que o processo de medição tenha terminado, a indicação de peso no display pisca 1 vezes.
- Passados alguns segundos o display irá indicar o seu peso, o seu índice da massa gordurosa em porcento (símbolo ”BF %“), e em seguida o índice da massa muscular (“BM %“). Além disso a balança determina o índice da massa de água em porcento (”BW %“), a quantidade de calorias necessárias para o dia (KCAL) e o o índice de massa óssea em kg/ lb. St: (BON / kg (lb., St:)).
- Em seguida os valores determinados são indicados por duas vezes na indicação LCD, na sequência referida acima. Depois o display comuta de modo automático, ou ainda, passados alguns segundos para o hora actual.

Indicação:
São memorizadas apenas os dados pessoais das respectivas pessoas, como p.ex. idade, tamanho, etc. Os valores determinados, como por exemplo peso, demanda de calorias, etc. são indicados apenas uma vez.

Indicações do visor e comunicações de erros

Generalidades
Se surgir no visor uma comunicação de erro (Err), espere até o aparelho se desligar. Volte a ligálo para se retomar o funcionamento.
Para reinicializar completamente o sistema (Reset) remova a pilha por um momento e volte a colocála no aparelho.

Comunicações Ligação

• Ligar :	Os segmentos iluminar-se-ão todos ao mesmo tempo. Trata-se de um controle para um funcionamento perfeito das indicações.
• „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“:	O peso é demasiado pequeno. A balança não poderá funcionar correctamente. A balança não está ligada
• „Err“:	A parte de gordura/água corporal calculada em % situa-se acima do valor limite superior ou ainda inferior de medição. A medição foi interrompida antes que o processo de medição pudesse ser finalizado, ou ainda, não foi pos sível efectuar uma medição.
• „0-Ld“:	Quando é indicado „0-Ld“, o peso é superior a 150 kg. Não carregue o aparelho com valores acima do que ele suporta, afim de evitar danos no aparelho e no sensor. - Coloquea sobre uma superfície plana e firme.
• “Lo-1“	A carga da bateria do dis play é insuficiente.
• “Lo-2“	A carga da bateria da balança é insuficiente.

Conselhos para a utilização e cuidados

- É conveniente pesar-se sem vestuário e sem sapatos antes de ter comido e sempre às mesmas horas.
- A balança arredonda o peso, por excesso ou por defeito, até ao valor de 100 g seguinte.
- Se se pesar duas vezes seguidas e se obtiver dois valores diferentes, então o seu peso estará entre os dois valores.
- Não imergir a balança em água, pois o sistema electrónico poderá ser destruído.
- Retirar as pilha da balança, quando a mesma não for utilizada durante um período de tempo prolongado.
- Tratar a balança com cuidado, pois é um instrumento de medição. Não a deixar cair, nem saltar para cima da mesma.
- O aparelho não necessita de qualquer manutenção.
- Não carregar a balança com um peso superior a 150 kg (330,7 lb./23,62 St:), para se evitarem danos.

Limpeza

- Limpe a balança, ou ainda, a superfície onde se pisa e o display apenas com um pano húmido, não molhado. Tenha sempre o cuidado que humidade, ou ainda, líquidos não penetrem no aparelho!
- Não utilizar quaisquer aditivos corrosivos! Estes poderão danifi car a caixa do aparelho!
- Poderá utilizar-se um detergente suave, como o que se usa para lavar a louça.
- Depois de limpar o aparelho, seque-o muito bem com um pano seco e macio.

Este aparelho foi controlado nos termos das actuais directivas da CEE aplicáveis, tais como inocuidade electromagnética e directiva sobre baixa tensão, e fabricado de acordo com as mais novas prescrições da segurança técnica.
Reserva-se o direito de alterações!

Garantia

O aparelho vendido pela nossa empresa tem uma garantia de 24 meses a partir da data da compra (talão).

Durante o período de garantia, procederemos à remoção grátis por reparação, ou, segundo a nossa decisão, por substituição - das deficiências do aparelho ou dos acessórios que provenham de erros de material ou de fabricação. A prestação de serviços relacionados com a garantia não prolongarão a

mesma, nem iniciarão um novo prazo de garantia!

O talão de compra consistirá prova desta garantia. Sem o mesmo, não será possível proceder-se a qualquer troca ou reparação grátis.

Em caso de garantia, entregue o aparelho completo, juntamente com o talão de compra, na loja onde o mesmo foi comprado.

Não estão incluídos na garantia quaisquer defeitos de acessórios ou de peças que se desgastem, nem alimpeza, a manutenção ou a substituição de peças que se desgastem, devendo tais despesas serreembolsadas!

A garantia terminará sempre que tenha havido intervenção alheia nos aparelhos.

Após a garantia

Após a expiração do prazo de garantia, poderão ser efectuados arranjos por pessoal especializado, ou pelos nossos serviços de reparações, contra reembolso.

Significado do símbolo „contentor do lixo“



Poupe o nosso meio ambiente, não deite aparelhos eléctricos para o lixo doméstico.

Faça uso dos postos de recolhimento previstos para a disposição de aparelhos eléctricos e entregue seus aparelhos eléctricos, que não queira mais utilizar.

Desta forma, contribuirá para ajudar a evitar os poten-ciais efeitos perniciosos que um falso depósito de objec-tos usados terão, tanto no que diz respeito ao ambiente, como à saúde humana.

Dará igualmente a sua contribuição para o reaproveita-mento de materiais, para a reciclagem e outras formas de aproveitamento de aparelhos eléctricos e electrónicos usados.

Receberá, nas autarquias e juntas de freguesia, informações sobre os locais onde poderá entregar tais aparelhos.

Características técnicas

Modelo:	PWI 4914 FA
Alimentação da corrente:	2 x 3 1,5V AAA
Carga de peso min. / max.:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Peso líquido da balança:	2,4 kg



General Safety Instructions

- Read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep the instructions including the warranty, the receipt and, if possible, the box with the internal packing.
- The appliance is designed exclusively for private use and for the envisaged purpose. This appliance is not fit for commercial use. Do not use it outdoors (except if it is designed to be used outdoors). Keep it away from sources of heat, direct sunlight, humidity (never dip it into any liquid) and sharp edges. Do not use the appliance with wet hands.
- Check the appliance and the cable for damage on a regular basis. Do not use the appliance if it is damaged.
- Do not try to repair the appliance on your own. Always contact an authorized technician.
- Pay careful attention to the following “Special Safety Instructions“.

Children and Frail Individuals

- In order to ensure your children‘s safety, please keep all packaging (plastic bags, boxes, polystyrene etc.) out of their reach. **Caution!** Do not allow small children to play with the foil as there is a **danger of suffocation!**
- In order to protect children or frail individuals from the hazards of electrical equipment, please ensure that this device is only used under supervision. This device is not a toy. Do **not** allow small children to play with it.

Special safety notes

- The body fat scales are not suitable for the following people:
  - Children under the age of 6 years
  - Individuals with symptoms of fever, oedemas or osteoporosis
  - People undergoing dialysis treatment
  - Those taking cardiovascular medication
  - Pregnant women
  - People with a pulse of less than 60 beats a minute
- The device can bear a maximum body weight of 150 kg (330,7 lb.)! A larger weight can damage the device!

Overview of the Components

1 On switch **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Selection arrow keys
3 **SET** Storage button for personal values
4 **UNIT** button (setting)
5 LCD Display
6 Contact surfaces (display)
7 Infrared lamp
8 Indicator lamp

Rear side
9 Battery Compartment

Display
10 Storage location/date
11 Age (**AGE**)
12 **HT** body height cm / in(ch)
13 Percentage – body fat / body water / muscle mass
14 **WT** body weight kg, lb. St:
15 Calorie requirement **KCAL**
16 Body fat display **BF**
17 Body water display **BW**
18 Indication of muscle mass **BM**
19 Indication of **BON** mass
20 Male
21 Female
22 Child
23 Symbol ‘Athlete’

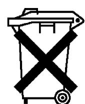
Notes on Handling Batteries

- Keep batteries away from children. They are **not** a toy!
- Never throw batteries into a fire or immerse in water.
- When inserting a battery, ensure the correct polarity.
- Do not open the batteries by force.
- Avoid contact with metallic objects. (Rings, nails, screws et cetera.) There is a **danger of short-circuiting**!
- As a result of a short-circuit batteries may heat up considerably or even catch fire. This may result in burns.
- For your own safety the battery poles

should be covered with adhesive strips during transport.
- If a battery leaks do not rub the liquid into your eyes or mucous membranes. If hands come into contact with the liquid they should be washed thoroughly and eyes rinsed out with clear water; if symptoms persist please consult a doctor.
- Used batteries should not be disposed of in the normal domestic waste. Please return old batteries to an appropriate connection point.

Germany:
- As a consumer you are required by law to return used (rechargeable) batteries.
- You can return your old (rechargeable) batteries free of charge where they were bought, as well as at the local public collection points in your town.

The following symbols are to be found on (rechargeable) batteries containing harmful substances:



Pb = contains lead
Cd = contains cadmium
Hg = contains mercury
Li = contains lithium

Installing the batteries (batteries not included)

1. Open the battery compartment on the rear side of the scale and the LCD.
2. Put in 3 batteries of type AM4 "AAA" 1.5V. Please ensure that the polarity is correct (see the fl oor of the battery compartment)!
3. Close the battery compartment again.
4. If the device is not used for a prolonged period of time, please take the batteries out in order to prevent leakage of battery acid.
5. Different battery types or new and used batteries must not be used together.
6. If the message "Lo-1" (LCD) or "Lo-2" (scale) for low battery should appear on the display replace the batteries.

 **Attention!**
Batteries do not belong in your usual household rubbish. Please dispose of old batteries at proper collecting points or at your dealer.

 **Warning!**
Do not expose batteries to high temperatures or direct sunlight. Never throw batteries into a fire.
Danger of explosion!

Wall mounting

 **Attention:** The LCD display is suitable for wall mounting. Use the included mounting material to attach the LCD display to a wall. Mount the display in a place where you can conveniently and safely operate it. First, mount the mounting plate; use the plate as a template to mark the mounting points. Align the mounting plate using a spirit level and mark the positions of the three holes on the wall. Drill three holes in the marked spots. Make sure not to damage any utility lines running through the wall! Hook the display (2 hooks) onto the mounting plate.

Information for body fat measurement

People who use a heart pacemaker or another type of medical implant with electronic components are advised not to use these scales, as otherwise the performance of the implant may be impaired or endangered.

The device functions correctly if your feet are bare and dry and if you are in standing position.

The basic principle of these scales is measurement of the electrical impedance of the body. The scales send a weak, imperceptible electrical signal through your body in order to determine the current values. Under normal circumstances the signal is completely harmless! Nevertheless you should read our special safety instructions! The measurement is known as "biometric impedance analysis"

(BIA), a factor which is associated with the body fat and body water ratio and which is subject to other biological aspects (age, sex, height).

There are heavy people with a well-balanced relation between fat and muscular mass and there are apparently slender people with substantially higher body fat values. Fat is a factor that contributes to burdening the body and, in particular, the circulatory system. The checks of both values (fat and weight) are hence a basic prerequisite for health and fitness.

Body Fat

Body fat is an important part of the body. Fat plays an important role in your body ranging from the protection of joints with its reserve of vitamins to the regulation of the body temperature. The goal is not to reduce drastically the quantity of fat in your body, but to reach and maintain a balanced relation between the muscular mass and the fat mass.

The significance of water for our health

The human organism consists of approximately 55-60% water, with this quantity varying according to age and sex. Water has a number of tasks to fulfi l in the body:
It is a building block of our cells. This means that all cells in the body, whether these are skin, gland, muscle, brain or other cells, can only function if they receive enough water.
It is a solvent for important substances in our organism.
It is a means of transport for nutrients, the body's own substances and metabolic products. Please see the table of guideline values for the reference value for your fitness profi le. It shows that there is a relation between the body fat values and your age and sex. Always bear in mind that, as in the case of the water balance in your body, also the share of fat is subject to great variations. Therefore, weigh yourself always at the same hour of the day to obtain a comparable value. The results of the analysis of the body fat and body water ratio are only reference values. They are not recommended for use for medical purposes. You should always consult your doctor if you have any questions about medical treatment or a diet to achieve your normal weight.

Technical Features

Memory presets:

Memory	Sex	Height	Age(AGE)
01	Male	170 cm (67.0 in (inch))	30

Memory locations:	16
Height setting:	from 80 to 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Age:	from 6 to 100 years
Minimum weight:	2.0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Maximum weight:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Weight measurement acc.:	100 g steps
Body fat gradation:	0.1%
Body fat measurement range:	1,0%–60,0%
Body water measurement range:	20,0%–75,0%
Muscle mass measuring range:	10,0%-50,0%
Calories measuring range:	0-9999 Kcal.
Calories gradation:	1 Kcal.
Time gradation:	24 hours
Permissible storage temperature:	–10°C to +60°C (14.0°F to 140.0°F)
Calendar:	2000–2099
Transmission distance:	max. 2m
Weight measuring accuracy:	+/-500g (+/-11lb)

Guidelines – body fat percentage

Age (years)	Women				Men			
	Under-weight	Normal	Slightly over-weight	Over-weight	Under-weight	Normal	Slightly over-weight	Over-weight
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
over 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Age (years)	Women			Men		
	under-weight/ thin	normal	over-weight/ fat	under-weight/ thin	normal	over-weight/ fat
Athlete 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Guideline for the body water, muscle and bone shares as percentages of the body mass and the calorie requirements to cover the daily requirement:

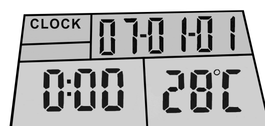
Example for the calculation of the bone percentage:
A man weighs 70 kg and is 35 years old. The determined bone mass is 12.6 kg (12.6 x 100 / 70 = 18%).

Age (years)	**Women**				**Men**			
	Normal values				Normal values			
	Water	**Muscles**	**Bones**	**Calories (kcal)**	**Water**	**Muscles**	**Bones**	**Calories (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
over 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Athlete 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Attention: Owing to great variations in the level of body fat it is diffi cult to obtain a reference value. On average for adult men the best time for the measurement is between 6 and 8 o'clock p.m. because the level of body fat is very constant during this period!

Setting the time and date

After installing the batteries into the display, the time, date, CLOCK and the current ambient temperature will be appear in the display (Fig. 4). Set the time as described below:



(fig. 4)

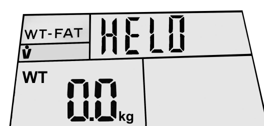
Push the **SET** button to set the time. The year will first start to flash on the display. Push either the **P/▲** or **ATH/▼** button. If you hold down the **P/▲** or **ATH/▼** button a quick run will start. Pushing the **SET** button will switch the display to the next setting. Use the **P/▲** and **ATH/▼** buttons to set the correct month, day, hours and minutes. Confirm your last setting with the **SET** button and the temperature in °C or °F will appear. Pushing the **UNIT** button will change the display from °C to °F and vice versa.
The data must be set again if the batteries are removed from the display or if they must be replaced.

Putting into service

Simple Weighing Function
Position the balance on a hard, flat surface (avoid carpets). Uneven floors lead to imprecise readings.

1. Switch the scale on by applying slight pressure on the glass surface with your foot or toes. A red indicator lamp lights up thereby signalling that the device is still not ready for use. A green indicator lamp indicates that the scale is ready for use. Switch the display on by pushing the **MODE** button. "8888", WT-FAT, HELO and WT (weight) will appear in the display.

2. After several seconds „WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)“ will appear on the display (Fig. 5).



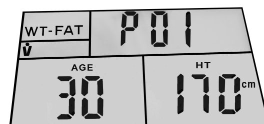
(fig. 5)

3. If the scale is not switched on you will see “WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)” on the LCD display.
4. Step on the scale with both feet. Distribute your weight evenly and wait for the scale to calculate your weight. Hold the display vertically or horizontally over the infrared lamp on the scale.
5. The reading on the display initially flashes 2x, then your exact weight will be shown. When you step off the scale, the device will switch off automatically after 20 seconds.

Programming your personal data

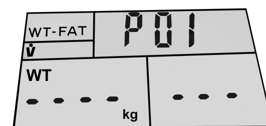
Attention: Carry out the following operations one after the other and within a few seconds or the device will automatically interrupt the programming mode!

1. Push the **MODE** button to switch on the display. Wait until “WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)” appears on the display. Use the **UNIT** button to select your preferred unit (kg, lb. or St:).
2. Push the **MODE** button again. Then, push the **SET** button to change to the programming mode. ‘**SEt**’ appears in the LCD display, then ‘**P** 01’ (storage location) starts to flash, and the preset symbol for ‘male’ and the preset value for the height in cm (in.) are shown (fig. 6).



(fig. 6)

3. Select a storage location using the **P/▲ / ATH/▼** buttons.
4. Then push the **SET** button and the display changes to the next setting.
5. The symbol for ‘male’ flashes on the display. Use the **P/▲ / ATH/▼** buttons to select a setting (‘male’ or ‘female’).
6. Push the **SET** button again to change to the HEIGHT setting. The indication ‘170’ (67.0) flashes. Use the **P/▲ / ATH/▼** buttons to select a value between 80 (31.5 in) and 240 cm (94.5 in).
7. Push the **SET** button again to change to the AGE setting. The indication ‘30’ flashes. Push one of the buttons **ATH/▼** or **P/▲** and hold it down to run up or down through the values in fast mode. Use the **P/▲ / ATH/▼** buttons to select a value between 6 and 100 years. If the age is set to a value under 16 years, a child’s face will be shown in the display next to the male/female symbol.
8. Pushing the **SET** button again will cause the storage location, sex, age and entered height to be displayed for a few seconds, then the indication changes to “WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) and - - - (HT)”. If the scale is not switched on the reading will be as shown in Fig. 7.



(fig. 7)

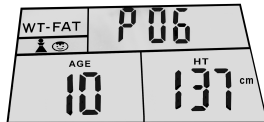
a. Push the **MODE** button three times to view all settings again. The reading must be as shown in Fig. 6.
b. If you want to make any changes push the **MODE** button until the display reads as shown in Fig. 6. By pushing the **P/▲** button you change to the selection mode. Now choose the storage location with the settings you wish change (flashing indication) using the **P/▲** and **ATH/▼** buttons and push the **SET** button. Proceed as described in steps 4 to 6.
c. If you wait for more than 15 seconds without changing anything the reading changes back to the time.

Your personal data is now stored in the selected storage location.
There is an overall number of 16 storage locations. The remaining 15 storage locations can be used to store also the personal data of other members of your family or other users of these scales.

Determination of the body and bone mass, and the body fat, muscle and body water percentages

First, enter your personal data in one of the storage locations available. To switch the scale apply pressure on it as described above. Push the **MODE** button to switch on the display; the reading as shown in Fig. 5 will appear. Push the **MODE** button again. By pushing the **P/▲** button you change to the selection mode. Use the **P/▲ / ATH/▼** buttons to select the storage location where your personal data is stored.

- The display will now first show any stored data as the storage location number (flashing), sex, age (AGE) and body height (HT). Then, "WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:) and -.- - (HT)" will appear on the display. In this example, the person is 10 years old, female, 137cm tall and occupies storage location 6.



(fig. 8)

Athlete symbol

This group includes persons who are doing sports for at least 10 hours per week and have a heart rate of about 60 beats/min or lower.

The guidelines do not cover professional sportsmen as, e.g., bodybuilders.

- If the display shows WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) and -.- - (HT) and your age is set to a value be-tween 16 and 50 years, the ATHLETE symbol will light up after pushing the **ATH/▼** button.

- Now, step on the scales. Grab the LCD display with both hands and make sure to touch the contact surfaces.
- Wait until the measuring process is completed (the weight indication flashes 1 x).
- After several seconds, the display will show your determined weight, body fat percentage (symbol: "BF %") followed by the muscle mass percentage ("BM %").

  Besides this, the scale determines the body water percentage („BW %"), the required calories per day (KCAL) and the bone weight in kg / lb. St: (BON / kg (lb., St:)).
- The determined values will then be shown on the LCD display two times in the sequence described above. Then, the display automatically switches back to the time after some seconds.

Note:

Only the personal data of a person as, e.g., the age, body height, etc., are stored. The determined values as the body weight, calorie requirement, etc. are only shown once.

Display and Error Messages

General

If an error message (Err) appears in the display please wait until the scales switch off. Then switch them on again to continue using them. For a complete reset remove the battery for a moment and then reconnect it.

Messages

- Switching on: All segments light up simultaneously. This is a check that the displays are working correctly.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)": The weight to be measured is too low. Correct operation is not possible. The scale is not switched on.
- „Err": The calculated body fat/ water percentage ranges beyond the upper or lower measuring limit. The measurement was aborted before the measuring process was ompleted or it was not possible to perform measuring.
- „0-Ld": The indication '0-Ld' means that the weight exceeds 150 kg. Do not exceed the device's maximum load to prevent damages to the

device and the sensors.
- Place the scales on a flat and solid surface.

- “Lo-1” The batteries in the display are low.
- “Lo-2” The batteries in the scale are low.

Usage and care tips

- Weigh yourself without any clothes or shoes on before meals and always at the same hour of the day.
- The balance rounds off weight to the closest 100 g.
- If you weigh yourself twice and two different values are given, it means that your weight is comprised between both values.
- Do not immerse the balance in water: the electronic components can be damaged.
- Remove the batteries if the scales will not be used for a longer period of time.
- Handle the balance with care, as it is a precise measuring instrument. Do not drop it or jump on it.
- Absolutely no need for maintenance.
- Do not load the appliance with more than 150 kg (330,7 lb./23,62 St:) to avoid damaging the device.

Cleaning

- Clean the scale, i.e. the scale surface and the display, using a slightly moistened, but not wet cloth. Make sure that no moisture or fluid matter gets into the devices!
- Do not use abrasive detergents! These can damage the casing of the device!
- Use a commercially sold detergent or soap for cleaning.
- Thoroughly dry the parts after cleaning using a dry, soft cloth.

  This device has been tested according to all relevant current CE guidelines, such as electromagnetic compatibility and low voltage directives, and has been constructed in accordance with the latest safety regulations. Subject to technical changes without prior notice!

Guarantee

The device supplied by our Company is covered by a 24 month guarantee starting on the date of purchase (receipt).

During the life of the guarantee any fault of the device or its accessories ascribable to material or manufacturing defects will be eliminated free of charge by repairing or, at our discretion, by replacing it. The guarantee services do not entail an extension of the life of the guarantee nor do they give rise to any right to a new guarantee!

Proof of the guarantee is provided by the proof of purchase. Without proof of purchase no free replacement or repair will be carried out.

If you wish to make a claim under the guarantee please return the entire machine in the original packaging to your dealer together with the receipt.

Defects to consumables or parts subject to wearing as well as cleaning, maintenance or the replacement of said parts are not covered by the guarantee and hence are to be paid!

The guarantee lapses in case of unauthorized tampering.

After the expiry of the guarantee

After the expiry of the guarantee repairs can be carried by the competent dealer or repair service against the payment of the ensuing costs.



Meaning of the “Dustbin” Symbol



Protect our environment: do not dispose of electrical equipment in the domestic waste.

Use the collection points provided for the disposal of electric appliances to dispose of electric appliances that you do not use any more.

This helps avoid the potential effects of incorrect disposal on the environment and human health.

This will contribute to the recycling and other forms of reutilisation of electrical and electronic equipment.
Information concerning where the equipment can be disposed of can be obtained from your local authority.

Technical data

Model:	PWI 4914 FA
Power supply:	2 x 3 1,5V AAA
Min. / max. weight load:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Net weight of the scales:	2.4kg

Generelle sikkerhetsanvisninger

- Les nøye gjennom bruksanvisningen før du tar apparatet i bruk. Ta godt vare på bruksanvisningen, garantibeviset, kassalappen og helst også esken med innvendig emballasje.
- Apparatet må bare brukes til private formål og de formål det der er beregnet på. Dette apparatet er ikke ment for industriell bruk. Det må ikke benyttes utendørs (bortsett fra hvis det bare er beregnet på utendørs bruk). Hold det unna varme, direkte solskinn, fuktighet (senk det aldri ned i væsker) og skarpe kanter. Ikke bruk apparatet hvis du er fuktig på hendende.
- Kontroller jevnlig om det er skader på apparat og ledning. Skadede apparater må ikke brukes.
- Ikke reparer apparatet selv. Oppsøk en autorisert fagmann.
- Legg merke til „Spesielle sikkerhetsanvisninger" nedenfor.

Barn og skrøpelige personer

- La aldri emballasjedeler ligge innenfor barns rekkevidde (plastposer, kartong, styropor, osv.).
  OBS! Ikke la små barn leke med plast.
  De kan kveles!
- Pass på at apparatet kun brukes under oppsikt for å beskytte barn og skrøpelige personer mot faren for elektrisk støt. Apparatet er ikke et leketøy. **Ikke** la små barn leke med det.

Spesielle sikkerhetsanvisninge

- Denne vekten med analyse av kroppfett egner seg ikke for følgende personer:
  - Barn under 6 år
  - Personer med symptomer på feber, ødemer eller osteoporose
  - Personer som får dialysebehandling
  - Personer som tar kardiovaskulære medisiner
  - Gravide
  - Personer med en hjertefrekvens på under 60 slag i minuttet
- Apparatet er beregnet for en maksimal kroppsvekt på 150 kg (330,7 lb.)! Tyngre vekt kan ødelegge apparatet!

Oversikt over betjeningselementene

1 på-tast **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Taster
3 **SET** lagringstast for personlige verdier
4 **UNIT**-tast (innstilling)
5 LCD Display
6 Kontaktflater (display)
7 Infrarødt lys
8 Kontrollampe

Bakside

9 Batterirom

Angivelse display

10 Lagringsplass/dato
11 Alder (**AGE**)
12 **HT** kroppshøyde cm / in(ch)
13 Prosentandel – kroppsfett/ kroppsvann/muskelmasse
14 **WT** kroppsvekt kg, lb. St:
15 Kaloribehov **KCAL**
16 Indikator for kroppsfett **BF**
17 Indikator for kroppsvann **BW**
18 Angivelse muskelmasse **BM**
19 Angivelse **BON** beinvekt
20 Mann
21 Kvinne
22 Barn
23 Symbol „Idrettsmenneske"

Forholdsregler ved bruk av batterier

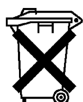
- La aldri barn komme i kontakt med batterier. Batterier er **ikke** leketøy!
- Batterier må aldri kastes i ovnen eller legges ned i vann.
- Pass på at du alltid legger batterier inn riktig vei.
- Åpne aldri batterier med makt.
- Unngå kontakt med metalliske gjenstander (ringer, spiker, skruer osv.) – **fare for kortslutning**!
- Ved kortslutning kan batterier bli svært varme og eventuelt også antennes. Det kan føre til forbrenninger.
- For din egen sikkerhet bør batteripolene være tildekket med tape ved transport.

- Hvis det renner fra et batteri, må du ikke gni væsken i øynene eller slimhinnene. Har du kommet i berøring med væsken, må du vaske hendene og skylle øynene med rent vann. Oppsøk lege ved vedvarende plager.
- Brukte batterier hører ikke hjemme i husholdningsavfallet. Lever gamle batterier på et oppsamlingssted.

Tyskland:

- Det er lovpålagt for tyske forbrukere å levere inn brukte batterier.
- Du kan levere gamle batterier gratis der du kjøpte dem, og på byens eller kommunens offentlige oppsamlingsstedene.

Batterier som inneholder skadelige stoffer, er merket på følgende måter:



Pb = inneholder bly
Cd = inneholder kadmium
Hg = inneholder kvikksølv
Li = inneholder litium

Montering av batterier (følger ikke med leveransen)

1. Åpne batterirommet på baksiden av vekten og LCD-displayet.
2. Sett inn 3 batterier av typen AM4 „AAA“ 1,5V på hvert sted. Pass på at de ligger riktig vei (se bunnen av batterirommet)!
3. Lukk batterirommet igjen.
4. Hvis apparatet ikke blir brukt over lengre tid, bør du ta ut batteriet for å unngå at det “renner ut” batterisyre.
5. Det er ikke tillatt å bruke forskjellige batterityper eller nye og brukte batterier sammen.
6. Hvis displayet under bruk viser meldingen „Lo-1“ (LCD-display) eller „Lo-2“ (vekt) for batterisvikt, må batteriene skiftes ut.



OBS!
Batterier skal ikke kastes som husholdningsavfall. Levér brukte batterier på nærmeste returpunkt eller til forhandleren.



Advarsel!
Batterier må ikke utsettes for sterk varme eller direkte sollys. Batterier må aldri brennes. **Eksplosjonsfare!**

Veggmontasje

 **OBS:** LCD-displayet er også egnet for veggmontasje. LCD-displayet kan festes til veggen ved hjelp av det vedlagte festemateriellet. Heng opp displayet på et sted hvor det kan betjenes på en enkel og sikker måte. Montér først montasjeplaten, bruk platen som avmerkingsmiddel. Posisjonér montasjeplaten ved hjelp av et vater og tegn opp de tre hullene på veggen. Bor tre hull med tilsvarende avstand. Kontrollér først at det ikke er mulig å skade eventuelle ledninger som ligger i veggen! Heng displayet (2 kroker) på montasjeplaten.

Informasjon om måling av kroppsfett

Personer som bruker en hjertestimulator eller et annet medisinisk implantat med elektroniske komponenter, frarådes fra å bruke denne vekten. Den kan påvirke eller sette implantatets funksjoner i fare.

Apparatet fungerer bare riktig når du står barbeint med tørre føtter på kontaktfl atene!

Det grunnleggende prinsippet for apparatet går ut på å måle kroppens elektriske impedans. Apparatet sender et svakt, umerkelig elektrisk signal gjennom kroppen din og fi nner deretter de aktuelle verdiene for deg.
Signalet er normalt helt ufarlig! Se likevel våre spesielle sikkerhetsinstrukser!
Denne formen for måling er kjent under begrepet ”bioelektrisk impedansanalyse” (BIA), en faktor som henger sammen med både fett- og vannandelen i kroppen samt med andre biologiske data (alder, kjønn, kroppshøyde).

Det finnes tunge mennesker som har et balansert forhold mellom fett- og muskelmasse, og det fi nnes tilsynelatende slanke mennesker med klart forhøyede kroppsfettverdier. Fett er en faktor som bidrar sterkt til å belaste organismen, særlig hjerte-karsystemet. Derfor er det en grunnleggende

forutsetning for helse og sunnhet å kontrollere begge verdiene (både fett og vekt).

Kroppsfett

Kroppsfett er en viktig del av organismen. Fett har en viktig oppgave i kroppen, fra å beskytte leddene og lagre vitaminer til å regulere kroppstemperaturen. Målet er altså ikke å redusere fettandelen radikalt, men å oppnå og opprettholde et balansert forhold mellom muskelmasse og fettmasse.

Hva vann betyr for helsen vår

Den menneskelige organismen består av ca. 55–60 % vann, noe avhengig av alder og kjønn. Vann har en rekke oppgaver i kroppen: Det er byggestein i cellene våre. Det betyr at alle cellene i kroppen, både hud-, kjertel-, muskel-, hjerneceller og andre celler, bare kan fungere hvis de inneholder tilstrekkelig med vann.
Det er oppløsningsmiddel for viktige substanser i organismen.
Det er transportmiddel for næringsstoffer, kroppens egne substanser og stoffskifte-produkter.
Retningsgivende verdier for din helseprofi l finner du i referansetabellen. Den viser kroppsfettverdienes avhengighetsforhold til alder og kjønn. Legg merke til at både vann-reservene i kroppen og fettandelen svinger kraftig i løpet av dagen. Mål derfor alltid på samme tidspunkt på dagen for å få en sam-menlignbar verdi. Måleresultatene for andelen kroppsfett og andelen kroppsvann er kun referanseverdier. De anbefales ikke brukt til medisinske formål. Rådfør deg alltid med legen din dersom du har spørsmål om en medisinsk behandling eller en diett for å oppnå normalvekt.

Tekniske kjennetegn

Forhåndsinnstilling av minnet:

Minne	Kjønn	Høyde	Alder (AGE)
01	Mann	170 cm (67.0 in (inch))	30

Lagringsplasser:	16
Høydeinnstilling:	fra 80 til 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Alder:	ra 6 til 100 år
Minimumsvekt:	2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Maksimumsvekt:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Oppløsning ved vektmåling:	trinn på 100 g
Inndeling av kroppsfett:	0,1%
Måleområde for kroppsfett:	1,0%–60,0%
Måleområde for kroppsvann:	20,0%–75,0%
Muskelmasse måleområde:	10,0%-50,0%
Kalori-måleområde:	0-9999 kcal.
Kaloriinndeling:	1 kcal.
Tidsinndeling:	24 timer
Till. oppbevaringstemperatur:	–10 °C til +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Kalender:	2000-2099
Overføringsstrekning:	max. 2 m
Vektens målenøyaktighet:	+/- 500 g (+/- 11 lb)

Retningslinje for andel av kroppsfett i prosenter

Alder (år)	Kvinner				Menn			
	Under-vekt	Normal	Lett over-vekt	Over-vekt	Under-vekt	Normal	Lett over-vekt	Over-vekt
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
over 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Alder (år)	Kvinner			Menn		
	tynn/ mager	normal	tykk/ fet	tynn/ mager	normal	tykk/ fet
idretts-menneske 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Retningslinje for kroppsvann-, muskel- og beinandel i prosent fra kroppsvekt og kaloribehov for å dekke dagsbehovet:

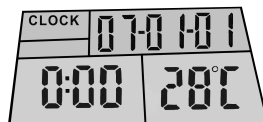
Eksempel for utregning av beinandelen:
En mann veier 70 kg og er 35 år gammel. Den formidlede beinvekten er på 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Alder (år)	Kvinner Normalverdier				Menn Normalverdier			
	Vann	**Muskler**	**Bein**	**Kalorier (kcal)**	**Vann**	**Muskler**	**Bein**	**Kalorier (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
over 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
idretts-menneske 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Tips: På grunn av store svingninger i kroppsfettandelen er det vanskelig å få en referanseverdi. Normalt er det optimale måletidspunktet for et voksent menneske mellom klokka 18 og 20, for i dette tidsrommet ligger fettandelen svært jevnt!

Innstilling av klokkeslett og dato

Etter at batteriene er satt inn i displayet, vises alltid klokkeslett, dato, CLOCK og aktuell omgivelsestemperatur på LCD-displayet (fig. 4). Klokkeslettet innstilles som beskrevet nedenfor:



(fig. 4)

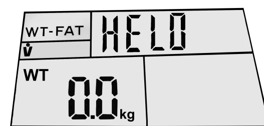
Trykk **SET**-tasten for å innstille klokkeslettet. På LCD-displayet blinker først årstallet. Trykk enten **P/▲**- eller **ATH/▼**-tasten. Ved å holde **P/▲**- eller **ATH/▼**-tasten inntrykket, starter en hurtiggjennomgang. Ved å trykke **SET**-tasten, skifter displayet alltid til neste innstilling. Trykk **P/▲**- / **ATH/▼**-tasten for å innstille måned, dag, time og minutt. Bekreft siste innlegging med **SET**-tasten. Displayet viser da temperaturen i °C eller °F. Ved å trykke **UNIT**-tasten skifter displayet fra °C til °F. Dataene må innstilles på nytt etter at batteriene er tatt ut av displayet og etter batteriskifte.

Ta i bruk apparatet

Ren vektfunksjon

Sett badevekten på et hardt, fl att underlag (unngå teppegulv). Ujevne gulv fører til unøyaktigheter.

1. Slå på vekten ved å trykke lett på glassflaten med foten eller tærne. En rød kontrolllampe begynner å lyse og signaliserer at apparatet ikke er klart ennå. Vekten er driftsklar når den grønne kontrollampen lyser. Displayet slås på ved å trykke **MODE**-tasten. LCD-displayet viser „8888“, WT-FAT, HELO og WT (weight/vekt)
2. Etter noen sekunder viser displayet (5) „WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)“ (fig. 5).
3. Hvis vekten ikke er slått på, viser LCD-displayet „WT ---- kg (---- lb., ---- St:)“.



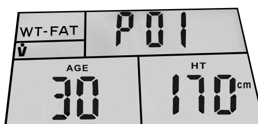
(fig. 5)

4. Gå opp på vekten med begge føtter. Fordel tyngden jevnt og vent mens vekten beregner kroppsvekten din. Hold displayet loddrett eller vannrett over det infrarøde lyset i vekten.
5. Displayet blinker først 2 x og viser deretter din nøyaktige kroppsvekt. Vekten slår seg automatisk av ca. 20 sekunder etter at du har gått ned fra den.

Programmere personlige data

Tips: De følgende trinnene bør utføres rett etter hverandre, i løpet av noen få sekunder, ellers avbryter apparatet programmeringsmodusen automatisk!

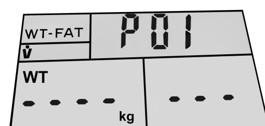
1. Trykk **MODE**-tasten for å slå på displayet. Vent til displayet viser „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)“. Velg innstillingen kg, lb. eller St ved å trykke **UNIT**-tasten.
2. Trykk **MODE**-tasten på nytt. Trykk så på tasten **SET** for å komme i programmeringsmodus.



(fig. 6)

   På LCD displayet vises „**SEt**“, så blinker angivelsen „**P** 01“ (lagringsplass), forhåndsinnstilt symbol for „mann“ og forhåndsinnstilt høyde i cm (in.) vises (fig. 6).
3. Velg en lagringsplass med tastene **P/▲ / ATH/▼**.
4. Trykk så på tasten **SET**, displayet skifter til neste innstilling.
5. I displayet blinker symbolet for „mann“. Velg en innstilling med tastene **P/▲ / ATH/▼** (mann eller kvinne).
6. Trykk så på tasten **SET** på nytt for å komme til innstillingen „høyde“. Angivelsen „170“ (67.0) blinker. Velg en verdi mellom 80 (31.5 in) og 240 cm (94.5 in) med tastene **P/▲ / ATH/▼**.

7. Trykk på tasten **SET** på nytt for å komme til innstillingen AGE (alder). Angivelsen „30“ blinker. **ATH/▼** eller **P/▲** tasten trykket setter et hurtigforløp i gang. Velg en verdi mellom 6 og 100 år med tastene **P/▲ / ATH/▼**. Hvis alderen ligger under 16 år vises et barneansikt i displayet ved siden av symbolene mann eller kvinne.
8. Hvis du trykker **SET**-tasten på nytt, vises lagringsplass, kjønn, alder og innstilt kroppshøyde på LCD-displayet i noen sekunder, deretter skifter displayet til „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) og - - - (HT)“. Hvis vekten ikke er slått på, viser displayet indikeringen i fig. 7.



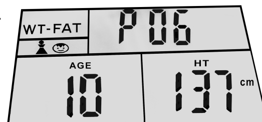
(fig. 7)

a. Trykk **MODE**-tasten 3 ganger for å se gjennom alle innstillinger igjen. Displayet må vise indikeringen i fig. 6.
b. Hvis det skal gjøres endringer, trykk **MODE**-tasten til displayet viser indikeringen i fig. 6. Trykk **P/▲**-tasten for å gå til valgmodus. Velg deretter lagringsplassen som skal endres ved å trykke tastene **P/▲ / ATH/▼** (displayet blinker), og trykk **SET**-tasten. Gå videre som beskrevet under punkt 4-6.
c. Hvis du venter lenger enn 15 sekunder uten å gjøre noe, går LCD-displayet tilbake til klokkeslettet.

Dine personlige verdier er nå lagret på den lagringsplassen som du har valgt i minnet. Til sammen har du 16 lagringsplasser til disposisjon. Dermed har du muligheten til å lagre de personlige verdiene til andre familiemedlemmer ved siden av dine egne på 15 ytterligere lagringsplasser i minnet.

Bestemme kropps-, beinvekt i tillegg til kroppsfett-, muskel- og kroppsvannandelen
Først lagrer du dine personlige data på en lagringsplass. For å slå på vekten, skal du trykke på den som beskrevet ovenfor. Trykk **MODE**-innkoplingstasten, displayet viser indikeringen i fig. 5. Trykk **MODE**-tasten på nytt. Ved å trykke **P/▲**-tasten skifter displayet til valgmodus. Velg lagringsplassen hvor dataene dine er lagret med tastene **P/▲ / ATH/▼**.

- Displayet viser først de lagrede data, som lagringsplassnummer (blinker), kjønn, alder (AGE) og kroppshøyde (HT). Deretter viser displayet „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) og -.- - (HT)“. I dette tilfellet er personen 10 år gammel, jente, 137 cm høy og lagret på lagringsplass 6.



(fig. 8)

Idrettsmenneskesymbol
I denne gruppen tilhører personer som driver sport minst 10 timer i uken, og har en hjertefrekvens på ca. 60 slag/min eller mindre.
Retningslinjene gjelder ikke for profesjonelle idrettsmennesker som f.eks. bodybuildere.
- Hvis WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) og -.- - (HT) vises i displayet og alderen din er mellom 16 og 50 år, lyser idrettsmenneskesymbolet etter trykk på **ATH/▼** tasten.

- Nå kan du stille deg på vekten. Hold LCD-displayet med begge hender og hold rundt eller berør kontaktflatene med hendene.
- Vent til måleprosessen er ferdig, vektangivelsen i displayet blinker 1 ganger.
- Displayet viser da i løpet av få sekunder din utregnede vekt, din kroppsfettprosent (symbol „BF %“) og til slutt din muskelmasseandel („BM %“). I tillegg regner vekten ut din kroppsvannprosent („BW %“), nødvendig daglig kaloriinntak (KCAL) og din skjelettvekt i kg/ lb. St: (BON / kg (lb., St:)).
- Til slutt viser LCD-displayet de utregnede verdiene 2 x i den oppgitte rekkefølgen. Deretter kopler displayet automatisk om, eller det skifter til klokkeslettet igjen etter få sekunder.

Merknad:
Det er kun de personlige dataene for hver enkelt person som lagres, f.eks. alder, kroppshøyde osv. Utregnede data, som kroppsvekt, kaloribehov osv, vises kun én gang.

Displayvisninger og feilmeldinger

Generelt
Hvis det vises en feilmelding (Err) på displayet, må du vente til apparatet slår seg av. Deretter kan du slå det på igjen og prøve en gang til. For å nullstille alt (reset) kan du ta ut batteriet et øyeblikk og så legge det inn igjen.

Meldinger
- Slå på: Alle segmentene lyser samtidig. Dette er en kontroll av at apparatet fungerer som det ska.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“: Den som skal måles, veier for lite. Vekten kan ikke fungere som den skal. Vekten er ikke slått på.
- „Err“: Den beregnede prosent-andelen av kroppsfett/ kroppsvann ligger over den øverste eller under den underste grenseverdien for måleområdet. Målingen ble avbrutt før måleprosessen var blitt avsluttet, eller det var ikke mulig å gjennomføre noen måling.
- „0-Ld“: Dersom displayet indikerer „0-Ld“, ligger vekten over 150 kg. Belast ikke apparatet med mer enn det som er angitt, for å unngå at det oppstår skade på apparatet og på sensoren. - Sett vekten på et jevnt og hardt underlag.
- „Lo-1“ Displayets batteriladetil stand er for lav.
- „Lo-2“ Vektens batteriladetilstand er for lav.

Tips om bruk og vedlikehold

- Vei deg uten klær og sko før et måltid og alltid til samme tid på dagen.
- Vekten runder opp og ned til nærmeste 100 gram.
- Hvis du veier deg to ganger og får to ulike resultater, ligger vekten din et sted mellom disse to verdiene.
- Ikke legg vekten ned i vann, dette kan ødelegge elektronikken.
- Fjern batteriene, dersom du ikke skal bruke vekte over lengre tid.
- Behandle vekten med forsiktighet – det er et måleinstrument. Ikke mist den i gulvet og ikke hopp opp påden.
- Apparatet er fullstendig vedlikeholdsfritt.
- For å unngå skader på apparatet må du ikke belaste det med mer enn 150 kg (330,7 lb./23,62 St:).

Rengjøring

- Rengjør vekten hhv. ståflaten og displayet med en lett fuktet, men ikke våt, klut. Pass på at det ikke kommer fuktighet eller væske inn i utstyret!
- Ikke bruk sterke tilsetningsmidler! De kan skade apparathuset!
- Som tilsetningsmiddel kan du bruke vanlig oppvaskmiddel eller en enkel såpe.
- Tørk godt av delene etter rengjøring med en tørr, myk klut.

Dette apparatet har blitt testet i henhold til alle aktuelle CE-retningslinjer som det rammes av, f.eks. elektromagnetisk toleranse og direktiver om lavspenning. Det er laget i henhold til dagens nyeste sikkerhetstekniske forskrifter. Med forbehold om tekniske end-ringer!

Garanti

For apparat som vi har solgt, påtar vi oss en garanti på 24 måneder fra kjøpsdato (kassalapp).

Innenfor garantitiden fjerner vi mangler på apparat eller tilbehør uten omkostninger hvis manglene skyldes materialeller produksjonsfeil. Dette gjør vi ved reparasjon eller – etter vår vurdering – bytting.

Garantiytelser medfører ingen forlengelse av garantitiden, og det oppstår heller ikke noe krav på en ny garanti på grunn av dette!

Som garantibevis gjelder kjøpsbeviset. Uten dette beviset kan du ikke få byttet eller reparert apparatet gratis.

I forbindelse med garanti ber vi om at du gir hele apparatet i originalemballasjen sammen med kassalappen til din forhandler.

Verken defekter på forbrukstilbehør og slitasjedeler eller rengjøring, vedlikehold og utskifting av slitasjedeler gårinn under garantien. Slike ting er derfor kostnadspliktige!

Garantien utgår ved inngrep utenfra.

Etter garantien

Etter at garantitiden har gått ut, kan reparasjoner utføres av den aktuelle faghandelen eller reparasjonsservice mot betaling.

Tekniske data

Modell:	PWI 4914 FA
Spenningsforsyning:	2 x 3 1,5V AAA
Min./maks. vektbelastning:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Vektens nettovekt:	2,4 kg

Ogólne wskazówki bezpieczeństwa

- Przed uruchomieniem urządzenia proszę bardzo dokładnie przeczytać instrukcję obsługi. Proszę zachować ją wraz z kartą gwarancyjną, paragonem i w miarę możliwości również kartonem z opakowaniem wewnętrznym.
- Proszę wykorzystywać urządzenie jedynie dla prywatnego celu, jaki został przewidziany dla urządzenia. Urządzenie to nie zostało przewidziane do użytku w ramach działalności gospodarczej. Proszę nie korzystać z urządzenia na zewnątrz (chyba że w określonych warunkach). Proszę trzymać urządzenie z daleka od ciepła, bezpośredniego promieniowania słonecznego, wilgoci (w żadnym wypadku nie zanurzać w substancjach płynnych) oraz ostrych krawędzi. Proszę nie obsługiwać urządzenia wilgotnymi dłońmi.
- Proszę regularnie kontrolować urządzenie pod kątem uszkodzeń. Proszę nie uruchamiać uszkodzonego urządzenia.
- W razie awarii proszę nie naprawiać urządzenia samemu lecz skorzystać z pomocy autoryzowanego specjalisty.
- Prosimy pamiętać o podanych dalej „Specjalnych przepisach bezpieczeństwa…“.

Dzieci i osoby niepełnosprawne

- Dla bezpieczeństwa dzieci proszę nie zostawiać swobodnie dostępnych części opakowania (torby plastikowe, kartony, styropian itp.).
  Uwaga! Nie pozwalaj dzieciom bawić się folią. **Niebezpieczeństwo uduszenia!**
- Aby zabezpieczyć dzieci i osoby niepełnosprawne przed zagrożeniami związanymi z użytkowaniem urządzeń elektrycznych, pamiętaj, aby zawsze zapewnić należyty nadzór. To urządzenie nie jest zabawką. **Nie** pozwól dzieciom bawić się nim.

Specjalne wskazówki dotyczące bezpiecznego użytkowania

- Waga do analizy zawartości tłuszczu ustrojowego w organizmie nie nadaje się dla następujących grup osób:
  - Dzieci poniżej 6 roku życia
  - osoby z objawami gorączki, obrzęków lub osteoporozy
  - osoby leczone dializ
  - osoby przyjmujące leki na schorzenia sercowonaczyniowe
  - kobiety w ciąży
  - osoby o częstotliwości pracy serca poniżej 60 uderzeń/minut
- Maksymalny ciężar do którego urządzenie jest przystosowane to 150 kg (330,7 lb.)! Większy ciężar może uszkodzić urządzenie.

Przegląd elementów obsługi

1 Przycisk włączający **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Dwa przyciski wyboru ze strzałkami
3 **SET** Przycisk do zapisywania indywidualnych wartości do pamięci
4 Przycisk **UNIT** (ustawienie)
5 LCD Wyświetlacz
6 Powierzchnie styku (wyświetlacz)
7 Lampa na podczerwień
8 Lampka kontrolna

Tylna strona

9 Kieszeń na baterie

Wskazanie wyświetlacza

10 Miejsce (w) pamięci/data
11 Wiek (**AGE**)
12 **HT** wzrost cm / in (w(ch))
13 Proporcje w procentach - tłuszcz/ woda w organizmie/masa mięśniowa
14 **WT** waga kg, lb St:
15 Zapotrzebowanie na kalorie **KCAL**
16 Wskaźnik tłuszczów ustrojowej **BF**
17 Wskaźnik wody ustrojowej **BW**
18 Wskazanie Masa mięśniowa **BM**
19 Wskazanie **BON** Ciężar kości
20 Mężczyzna
21 Kobieta
22 Dziecko
23 Symbol „Sportowiec"

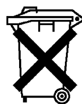
Zasady obchodzenia się z bateriami

- Trzymaj baterie w miejscu niedostępnym dla dzieci. Baterie **nie mogą być** używane do zabawy!
- Nie wrzucaj baterii w ogień i nie zanurzaj w wodzie.
- Zakładając baterie, zwróć uwagę na pra widłową biegunowość.
- Nie otwieraj baterii siłą.
- Unikaj kontaktu z metalowymi przedmiotami (pierścienie, gwoździe, śruby itd.). Grozi to **zwarciem**!
- Zwarcie może spowodować silne nagrzewanie się baterii a nawet zapalenie się. W konsekwencji może dojść do oparzeń.
- Ze względu na bezpieczeństwo pod czas transportu bieguny powinny być osłonięte taśmą samoprzylepną.
- W razie wycieku elektrolitu z baterii, nie wetrzeć go w oczy ani śluzówki. W razie kontaktu umyć ręce wodą, oczy przepłukać czystą wodą, a w razie utrzymujących się dolegliwości skontaktować się z lekarzem.
- Zużytych baterii nie wolno wyrzucać do śmieci domowych. Zużyte baterie należy oddać w specjalnym punkcie zbiorczym.

Niemcy:

- Jako użytkownik jesteś zobowiązany ustawowo do zwrotu zużytych baterii/akumulatorów.
- Zużyte baterie/akumulatory możesz oddać bezpłatnie w miejscu ich zakupu oraz w publicznych punktach zbiorczych w Twoim mieście lub gminie.

Na bateriach/akumulatorach zawierających substancje szkodliwe znajdziesz następujące symbole:



Pb = zawiera ołów
Cd = zawiera kadm
Hg = zawiera rtęć
Li = zawiera lit

Wkładanie baterii (nie wchodzą w skład kompletu)

1. Otworzyć pojemnik na baterie znajdujący się na spodzie wagi i wyświetlacza LCD.
2. Włożyć każdorazowo 3 baterie typu AM4 „AAA“ 1,5V. Proszę pamiętać o właściwej polarności (patrz na spód kieszeni na baterie)!
3. Proszę ponownie zamknąć kieszeń na baterie.
4. Jeżeli nie korzystają Państwo z urządzenia przez dłuższy czas proszę wyjąć z niego baterie, aby zapobiec „wyciekowi“ kwasu akumulatorowego.
5. Symbol baterii na wyświetlaczu wskazuje, że należy wymienić baterie.
6. W razie pojawienia się w trakcie użytkowania na wyświetlaczu informacji „Lo-1“ (wyświetlacz LCD) lub „Lo-2“ (waga) oznaczającej brak baterii, należy wymienić baterie.

 **UWAGA!**

Baterii nie wolno wyrzucać do śmieci domowych. Zużyte baterie należy oddać do przeznaczonego do tego celu punktu lub sprzedawcy.

 **Ostrzeəenie!**

Baterii nie należy wystawiać na działanie zbyt wysokich temperatur lub bezpośrednie działanie promieni słonecznych. Nigdy nie wrzucać baterii ognia.

Istnieje niebezpieczeństwo wybuchu!

Montaż na ścianie

 **Uwaga:** Wyświetlacz nadaje się również do montażu na ścianie. Za pomocą dołączonych do kompletu materiałów mocujących przymocować wyświetlacz do ściany. Wyświetlacz proszę zawiesić w miejscu, gdzie będzie go można obsługiwać wygodnie i bezpiecznie. Najpierw należy zamontować płytę montażową, do tego celu wykorzystać płytę jako pomoc znakującą. Proszę wyregulować ustawienie płyty montażowej za pomocą poziomnicy i zaznaczyć na ścianie miejsca na trzy otwory. Otwory wywiercić w ustalonym odstępnie. Wcześniej należy się

upewnić, czy nie zostaną uszkodzone znajdujące się w ścianie przewody. Wyświetlacz zawiesić (2 haki) na płycie montażowej.

Informacje dotyczące pomiaru tkanki tłuszczowej

Odradzamy używanie tej wagi osobom, które mają wszczepiony stymulator serca lub inne elektroniczne implanty medyczne. Może to spowodować naruszenie sprawności pracy implantu.

Urządzenie tylko wtedy będzie funkcjonowało prawidłowo, jeżeli staną Państwo boso, suchymi Stoppami na powierzchni kontaktowej!

Zasada działania tego urządzenia oparta jest na pomiarze impedancji elektrycznej ciała. W tym celu urządzenie przepuszcza przez ciało słaby, niewyczuwalny sygnał elektryczny, na którego podstawie oblicza aktualne wskaźniki. Zasadniczo sygnał ten jest całkowicie nieszkodliwy! Mimo to należy przestrzegać naszych szczególnych zasad bezpieczeństwa! Pomiar ten jest znany jako „Bioelektryczna Analiza Impedancji“ (BAI), czynnik związany z zawartością tłuszczu ustrojowego i wody ustrojowej a także z innymi parametrami biologicznymi (wiek, płeć, wzrost).

U pewnych osób istnieje równowaga między zawartością tkanki tłuszczowej i tkanki mięśniowej w organizmie, istnieją jednak także osoby, które można by uznać za szczupłe, u których równowaga ta została zachwiana wskutek zwiększenia masy tłuszczowej. Tkanka tłuszczowa w znaczny sposób wpływa na obciążenie organizmu, w szczególności układu krążenia. Kontrola obu wartości (tkanki tłuszczowej i ciężaru) to podstawa zachowania zdrowia i dobrej formy.

Tłuszcz ustrojowy

Tkanka tłuszczowa jest istotnym składnikiem organizmu. Tłuszcz spełnia ważną rolę począwszy od ochrony stawów, poprzez gromadzenie witamin, aż do regulacji temperatury ciała. Celem nie powinno więc być radykalne zmniejszenie zawartości tłuszczu w organizmie, ale osiągnięcie i utrzymanie wyważonej równowagi między tkanką mięśniową a tłuszczową.

Znaczenie wody dla naszego zdrowia

Organizm człowieka składa się w ok. 55-60% z wody, w różnej ilości zależnie od wieku i płci. W organizmie woda ma szereg zadań do wykonania:
Jest materiałem tworzącym nasze komórki. Oznacza to, że wszystkie komórki ciała: skóry, gruczołów, mięśni czy mózgu a także innych narządów, mogą funkcjonować prawidłowo tylko wtedy, gdy zawierają dostatecznie dużo wody.
Woda jest rozpuszczalnikiem ważnych substancji naszego organizmu.
Jest środkiem transportu substancji odżywczych, substancji ustrojowych i produktów przemiany materii. Orientacyjne wartości dla swojego profi lu sprawności fi zycznej są podane w tabeli. Wykazuje ona zależność między zawartością tłuszczu w organizmie i wiekiem oraz płcią. Proszę jednak zawsze pamiętać, że podobnie jak zawartość wody w organizmie, zawartość tłuszczu zmienia się w ciągu dnia. Dlatego też proszę zawsze przeprowadzać pomiar o tej samej porze, aby zachować możliwość porównania wartości. Obliczone wyniki pomiarów zawartości tłuszczu i wody ustrojowej to tylko wartości orientacyjne. Nie jest zalecane wykorzystywanie ich do celów medycznych. W razie wątpliwości co do kuracji medycznych lub diety sprzyjających osiągnięciu prawidłowego ciężaru ciała, należy zawsze zwrócić się do lekarza.



Cechy techniczne

Wstępna konfi guracja pamięci:

Komórka pamięci	Płeć	Wzrost	Wiek (AGE)
01	męska	170 cm (67.0 in (inch))	30

Liczba komórek pamięci:	16
Zakres wzrostu:	od 80 do 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Wiek:	od 6 do 100 lat
Minimalny ciężar ciała:	od 2,0 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Maksymalny ciężar ciała:	150 kg (330,7lb. / 23,62 St:)
Rozdzielczość przy pomiarze ciężaru:	100 g
Zawartość tłuszczu w ciele:	0,1%
Zakres pomiaru tłuszczu ustrojowego:	1,0%–60,0%
Zakres pomiaru wody ustrojowej:	20,0%–75,0%
Zakres pomiaru masy mięśniowej:	10,0%-50,0%
Kalorie-zakres pomiarowy:	0-9999 kcal.
Kalorie-podział:	1 kcal
Podział czasowy:	24 godzin
Dop. temperatura przechowywania:	- 10 °C do +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Kalendarz:	2000-2099
Odległość przesyłowa	maks. 2m
Dokładność pomiaru wagi:	+/- 500g (+/- 11lb)

Dane zalecane dla zawartości tłuszczu w procentach

wiek (lata)	**Kobiety**				**Mężczyźni**			
	Niedo-waga	Normalny	Lekka nadwaga	Nad-waga	Niedo-waga	Normalny	Lekka nadwaga	Nad-waga
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
powyżej 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

wiek (lata)	**Kobiety**			**Mężczyźni**		
	szczupły/ chudy	normalny	gruby/ tłusty	szczupły/ chudy	normalny	gruby/ tłusty
Sportowiec 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Wytyczne dla proporcji udziału wody, mięśni i kośćca w organizmie w procentach oraz zapotrzebowanie dzienne na kalorie:

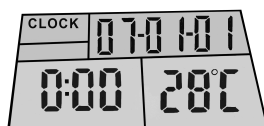
Przykład obliczenia proporcji kośćca:
Mężczyzna waży 70 kg i ma 35 lat.
Zmierzony ciężar kośćca wynosi 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

wiek (lata)	**Kobiety** Wartości normalne				**Mężczyźni** Wartości normalne			
	Woda	**Mięśnie**	**Kości**	**Kalorie (kcal)**	**Woda**	**Mięśnie**	**Kości**	**Kalorie (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
powyżej 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Sportowiec 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Wskazówkla: ze względu na duże wahania zawartości tłuszczu w organizmie trudno jest ustalić wartości wytyczne. Przeciętnie optymalny czas pomiaru u osób dorosłych wypada między godz. 18.00 a 20.00, ponieważ w tym okresie zawartość tłuszczu w organizmie jest bardzo wyrównana!

Ustawianie czasu i daty

Po włożeniu baterii do wyświetlacza LCD, zawsze pojawiają się na nim: czas, data, CLOCK oraz aktualna temperatura otoczenia (rys.4). Proszę ustawić czas zgodnie z poniższym opisem.



(rys. 4)

W celu wprowadzenia czasu nacisnąć przycisk **SET**. Na wyświetlaczu LCD pojawi się najpierw rok. Proszę nacisnąć klawisz **P/▲** lub **ATH/▼**. Przytrzymanie wciśniętego przycisku **P/▲** ub **ATH/▼** powoduje uruchomienie szybkiego biegu Naciśnięcie przycisku **SET** powoduje zawsze zmianę wskazania na kolejne ustawienie. Za pomocą przycisków **P/▲ / ATH/▼** proszę wprowadzić miesiąc, dzień, godzinę i minutę. Ostatnie wprowadzenie należy potwierdzić przyciskiem **SET**, informacja o temperaturze zostanie wyświetlona w °C lub °F. Wciśnięcie przycisku **UNIT** powoduje zmianę wskazania ze °C na °F.
W przypadku wyjęcia baterii z wyświetlacza lub konieczności ich wymiany, dane należy wprowadzić ponownie.

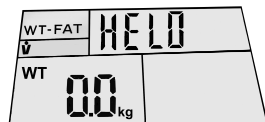
Uruchomienie

Wyłącznie funkcja ważenia
Proszę ustawić wagę osobową na twardej, płaskiej powierzchni (proszę unikać dywanów). Nierówna powierzchnia może powodować niedokładność.

1. Proszę włączyć wagę delikatnie naciskając szklaną powierzchnię stopą lub jej koniuszkiem. Zapalona czerwona lampka kontrolna oznacza, że urządzenie nie jest jeszcze gotowe do użytku. Gotowość do użytku sygnalizuje zielona lampka kontrolna.

Proszę włączyć wyświetlacz używając przycisku **MODE**. Na wyświetlaczu LCD pojawi się: „8888", WT-FAT, HELO oraz WT (Weight-waga).

2. Po kilku sekundach wyświetlacz (5) pokaże: „WT 0 0 kg (0 0 lb./0 0 St:)“ (rys.5).



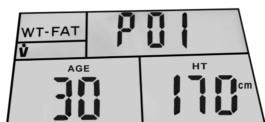
(rys. 5)

3. Jeżeli waga nie będzie włączona, na wyświetlaczu LCD ukaże się: „WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)“
4. Proszę stanąć na wadze dwoma stopami, równomiernie rozłożyć ciężar i poczekać aż urządzenie obliczy wagę. Wyświetlacz należy trzymać w pozycji pionowej lub poziomej nad lampą na podczerwień znajdującą się na wadze.
5. Wskaźnik na wyświetlaczu zamiga dwukrotnie, następnie wyświetlona zostanie waga. Po zejściu z wagi wyłącza się ona automatycznie na ok. 20 sekund.

Programowanie indywidualnych danych

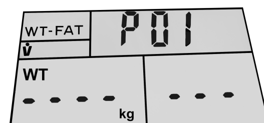
Wskazówkla: niezbędne czynności powinni Państwo wykonywać kolejno w ciągu kilku sekund, ponieważ w przeciwnym razie urządzenie automatycznie przerwie program!

1. W celu włączenia wyświetlacza proszę wcisnąć przycisk **MODE** i odczekać do momentu ukazania się: „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)“. Wciskając przycisk **UNIT** proszę wybrać ustawienie kg, lb lub St:.
2. Następnie ponownie wcisnąć **MODE**. Następnie wcisnąć przycisk **SET**, aby przejść do trybu programowania. Na LCD wyświetlaczu pojawia się „**SEt**“, następnie miga wskazanie „**P** 01“ (miejsce w pamięci), wskazywany jest predefiniowany symbol dla „mężczyzny“ i wzrost w cm (in.) (rys. 6).



(rys. 6)

3. Wybrać za pomocą przycisków **P/▲ / ATH/▼** miejsce w pamięci.
4. Wcisnąć następnie przycisk **SET**, wskutek czego wyświetlacz przejdzie do następnego ustawienia.
5. Na wyświetlaczu miga symbol dla „mężczyzny". Wybrać za pomocą przycisków **P/▲ / ATH/▼** ustawienia (mężczyzna lub kobieta).
6. Wcisnąć ponownie przycisk **SET**, aby przejść do ustawienia „Wzrost“. Miga wskazanie „170“ (67.0). Wybrać za pomocą przycisków **P/▲ / ATH/▼** wartość w zakresie od 80 (31.5 in) do 240 cm (94.5 in).
7. Wcisnąć ponownie przycisk **SET**, aby przejść do ustawienia AGE (wiek). Miga wskazanie „30“. Przytrzymać wciśnięty przycisk **-** lub **P/▲** dla szybkiego przewijania na wyświetlaczu. Wybrać za pomocą przycisków **P/▲ / ATH/▼** wartość w zakresie od 6 do 100 lat. Jeśli użytkownik jest w wieku poniżej 16 roku życia, na wyświetlaczu obok symboli mężczyzny lub kobiety pojawi się twarz dziecka.
8. Jeszcze raz wcisnąć przycisk **SET**, na wyświetlaczu LCD przez kilka sekund pojawią się następujące dane: miejsce (w) pamięci płeć, wiek i wprowadzony wzrost, następnie wskaźnik pokaże: „WT 0.0 kg (0 0 lb./0: 0 St:) i - - - (HT)“. Jeżeli waga nie została włączona, pojawi się informacja jak na rys. 7.



(rys. 7)

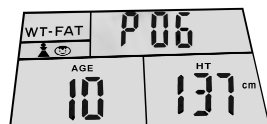
a. Proszę trzykrotnie nacisnąć przycisk **MODE**, aby jeszcze raz sprawdzić ustawienia. Wskazanie Powinien pojawić się wzór z rys. 6.
b. Celem wprowadzenia zmian, należy wcisnąć przycisk **MODE** i przytrzymać do momentu pojawienia się wzoru z rys. 6. Wciśnięcie przycisku **P/▲** umożliwia przejście w tryb wyboru. Za pomocą przycisków **P/▲ / ATH/▼** wybrać miejsce w pamięci, które ma zostać zmienione (wskaźnik miga) i wcisnąć przycisk **SET**. W dalszej kolejności postępować zgodnie ze wskazówkami zawartymi w pkt. 4-6.
c. W przypadku zwłoki trwającej dłużej niż 15

sekund, wyświetlacz ponownie przejdzie do wskazywania czasu.

Osobiste wartości są teraz zapisywane w wybranym miejscu w pamięci.
Do dyspozycji jest 16 miejsc zapisu w pamięci. Istnieje tym samym możliwość zapisania w kolejnych 15 miejscach w pamięci również osobistych wartości innych członków rodziny.

Określenie ciężaru ciała i kości, proporcji tłuszczu, masy mięśniowej i wody w organizmie
Zapisać osobiste dane w miejscu pamięci. W celu włączenia wagi, należy ją nacisnąć jak opisano powyżej. Proszę wcisnąć przycisk włączający **MODE**, wskaźnik pokaże wzór z rys. 5. Następnie ponownie wcisnąć **MODE**. Wciśnięcie przycisku **P/▲** umożliwia przejście w tryb wyboru. Wybrać za pomocą przycisków **P/▲ / ATH/▼** miejsce w pamięci, w którym mają być zapisane dane.

- Na wyświetlaczu w pierwszej kolejności ukażą się dane zapamiętane: numer miejsca w pamięci (miga), płeć, wiek (AGE) oraz wzrost (HT). Na koniec na wyświetlaczu pojawi się: „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) i - - - (HT)". Oznacza to, że osoba ma 10 lat, jest płci żeńskiej, mierzy sobie 137 cm i zajmuje w pamięci miejsce nr 6.



(rys. 8)

Symbol sportowca
O tej grupy należą osoby, które mają aktywność sportową przez co najmniej 10 godzin w tygodniu a częstość uderzeń serca wynosi ok. 60 uderzeń/min lub mniej.
Wytyczne nie są przewidziane dla profesjonalnych sportowców, np. dla kulturystów.
- Jeśli na wyświetlaczu ukaże się WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) i -.- - (HT) a wiek mieści się w przedziale 16 - 50 lat, po uruchomieniu przycisku **ATH/▼**, ukaże się symbol sportowca.

- Stanąć na wadze. Proszę chwycić wyświetlacz LCD obiema rękami i otoczyć lub dotknąć nimi powierzchnie styku.
- Poczekać do zakończenia procesu pomiaru, wskazania ciężaru ciała miga 1 x.
- Po kilku sekundach na wyświetlaczu ukażą się odnoszące się do Państwa informacje: procentowa zawartość tłuszczu (symbol „BF %"), następnie udział masy mięśniowej („BM %"). W dalszej kolejności waga wyliczy procentowy udział wody („BW %"), dzienne zapotrzebowanie kaloryczne (KCAL) oraz wagę układu kostnego w kg/ lb. St: (BON / kg (lb, St:)).
- W dalszej kolejności wyliczone wartości ukażą się dwukrotnie na wskaźniku LCD w podanej wyżej kolejności. Wtedy wyświetlacz automatycznie przełączy się na godzinę, ewent. może to nastąpić po kilku sekundach.

Wskazówka:
Zapamiętywane są wyłącznie osobiste dane poszczególnych osób, jak np.: wiek, wzrost itd. Wartości wyliczone, np. waga, zapotrzebowanie kaloryczne itd. wyświetlane są tylko jeden raz.

Wskazania na wyświetlaczu i komunikaty o błędach

Ogólne
Jeżeli na wyświetlaczu ukaże się komunikat o błędzie (Err), poczekaj, aż urządzenie wyłączy się. Następnie włącz je ponownie. Aby całkowicie wyzerować urządzenie (Reset), wyjmij na chwilę baterię, po czym włóż ją z powrotem na miejsce.

Komunikaty

• Włączenie:	Wszystkie segmenty świecą jednocześnie. Jest to kontrola poprawnego działania wskaźników.
• „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)":	Lub mierzony ciężar za mały. Prawidłowa praca urządzenia nie jest możliwa. Waga nie jest włączona
• „Err„:	Wyliczona zawartość t łuszczu/wody w % leży

powyżej lub poniżej dolnej wartości granicznej zakresu pomiaru. Pomiar został zakończony, zanim zakończono proces pomiaru, lub nie można było przeprowadzić pomiaru.

- „0-Ld“: Jeśli wskazanie przedstawia „0-Ld“, ciężar wynosi powyżej 150 kg. Nigdy nie obciążać urządzenia wartościami powyżej wartości podanych, aby uniknąć uszkodzenia urządzenia i czujnika.
  - Ustaw wagę na równym i sztywnym podłożu.
- „Lo-1“ Baterie w wyświetlaczu są zbyt słabe.
- „Lo-2“ Baterie w wadze są zbyt słabe.

Wskazówki dotyczące użytkowania i pielęgnacji

- Proszę ważyć się bez ubrania i butów przed posiłkiem i zawsze o tej samej porze dnia.
- Waga zaokrągla wynik do 100 g.
- Jeżeli zważą się Państwo dwa razy z rzędu i otrzymają różne wyniki, Państwa ciężar będzie wartością średnią tych wyników.
- Proszę nie zanurzać wagi w wodzie, mogłoby to spowodować uszkodzenia elektroniki.
- Jeśli urządzenie nie jest używane przez dłuższy okres czasu, należy wyjąć z niego baterie.
- Proszę ostrożnie obchodzić się z wagą, ponieważ jest to instrument pomiarowy. Proszę nie upuścić jej i nie wskakiwać na nią.
- Urządzenie nie musi być poddawane konserwacji.
- Proszę nie obciążać wagi więcej niż do 150 kg (330,7 lb./23,62 St:), w przeciwnym razie mogą Państwo spowodować uszkodzenie urządzenia.

Czyszczenie

- Proszę wyczyścić wagę lub powierzchnię, na którą się staje oraz wyświetlacz używając do tego celu wilgotnej, ale nie mokrej ściereczki. Proszę przy tym pamiętać, że do urządzeń nie może dostać się wilgoć lub płyn!
- Proszę nie stosować żadnych żrących środków czyszczących! Mogą one uszkodzić obudowę urządzenia!
- Najlepszym środkiem czyszczącym jest dostępny w handlu płyn do zmywania naczyń lub delikatne mydło.
- Po zakończeniu czyszczenia części należy dokładnie osuszyć miękką, suchą ściereczką.

Niniejsze urządzenie odpowiada wymaganiom normy bezpieczeństwa użytkowania oraz spełnia wymagania dyrektywy niskonapięciowej i kompatybilności elektromagnetycznej. Zastrzega się prawo do zmian technicznych!

WARUNKI GWARANCJI

Przyznajemy 24 miesiące gwarancji na produkt licząc od daty zakupu. W tym okresie będziemy bezpłatnie usuwać w terminie 14 dni od daty dostarczenia wadliwego sprzętu z kartą gwarancyjną do miejsca zakupu wszystkie uszkodzenia powstałe w tym urządzeniu na skutek wady materiałów lub wadliwego wykonania, naprawiając oraz wymieniając wadliwe części lub (jeśli uznamy za stosowne) wymieniając całe urządzenie na nowe. Sprzęt do naprawy powinien być dostarczony w komplecie wraz z dowodem zakupu oraz z ważną kartą gwarancyjną do sprzedawcy w miarę możliwości w oryginalnym opakowaniu lub innym odpowiednim dla zabezpieczenia przed uszkodzeniem. W razie braku kompletnego opakowania fabrycznego, ryzyko uszkodzenia sprzętu podczas transportu do i z miejsca zakupu ponosi reklamujący. Naprawa gwarancyjna nie dotyczy czynności przewidzianych w instrukcji obsługi, do wykonania których zobowiązany jest użytkownik we własnym zakresie i na własny koszt. Gwarancja nie obejmuje:

- mechanicznych, termicznych, chemicznych uszkodzeń sprzętu i wywołanych nimi wad,
- uszkodzeń powstałych w wyniku działania sił zewnętrznych takich jak wyładowania atmosferyczne, zmiana napięcia zasilania i innych zdarzeń losowych,
- nieprawidłowego ustawienia wartości napięcia elektrycznego, zasilanie z nieodpowiedniego gniazda zasilania,
- sznurów połączeniowych, sieciowych, żarówek, baterii, akumulatorów,
- uszkodzeń wyrobu powstałych w wyniku niewłaściwego lub niezgodnego z instrukcją jego użytkowania, przechowywania, konserwacji, samowolnego zrywania plomb oraz wszelkich przeróbek i zmian konstrukcyjnych dokonanych przez użytkownika lub osoby niepowołane,
- roszczeń z tytułu parametrów technicznych wyrobu, o ile są one zgodne z podanymi przez producenta,
- prawidłowego zużycia i uszkodzeń, które mają nieistotny wpływ na wartość lub działanie tego urządzenia.

Karta gwarancyjna bez pieczątki sklepu, daty sprzedaży, nie wypełniona, źle wypełniona, ze śladami poprawek, nieczytelna wskutek zniszczenia, bez możliwości ustalenia miejsca sprzedaży oraz dołączonego dowodu zakupu jest nieważna. Korzystanie z usług gwarancyjnych nie jest możliwe po upływie daty ważności gwarancji. Gwarancja na części lub całe urządzenie, które są wymieniane kończy się, wraz z końcem gwarancji na to urządzenie. Wszystkie inne roszczenia, wliczając w to odszkodowania są wykluczone chyba, że prawo przewiduje inaczej. Roszczenia wykraczające poza tą umowę nie są uwzględniane przez tą gwarancję. Gwarancja na sprzedany towar konsumpcyjny nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową. Gwarancja oraz zawarte w niej warunki obowiązują na terenie Rzeczpospolitej Polskiej.

Po zakończeniu gwarancji

Po upływie okresu gwarancyjnego naprawy przeprowadzane przez odpowied-nich fachowców lub serwis dokonywane są odpłatnie.

Znaczenie symbolu „Pojemnik na śmieci”



Proszę oszczędzać nasze środowisko, sprzęt elektryczny nie należy do śmieci domowych.

Urządzenia elektryczne w celu utylizacji należy oddawać do odpowiednich punktów zbierających nieużywane już urządzenia elektryczne.

Tym sposobem pomagają Państwo unikać potencjalnych następstw niewłaściwego usuwania odpadów, mających wpływ na środowisko i zdrowie ludzi.

Tą drogą przyczyniają się Państwo do ponownego użycia, do recyklingu i do innych form wykorzystania starego sprzętu elektrycznego i elektronicznego.

Informacje, gdzie można zdać sprzęt, otrzymają Państwo w swoich urzędach komunalnych lub w administracji gminy.

Dane techniczne

Model:	PWI 4914 FA
Napięcie zasilające:	2 x 3 1,5V AAA
Min. / maks. ciężar wsadu:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Ciężar wagi (urządzenia) netto:	2,4 kg



Všeobecné bezpečnostní pokyny

- Před uvedením tohoto přístroje do provozu si velmi pozorně přečtěte návod k obsluze a tento návod spolu se záručním listem, pokladním blokem a podle možností i s obalem a vnitřním vybavením obalu dobře uschovejte.
- Používejte tento přístroj výlučně pro soukromou potřebu a pro stanovené účely. Tento přístroj není určen pro komerční použití. Nepoužívejte jej v otevřeném prostoru (s výjimkou přístrojů, které jsou podmíněné používání venku určeny). Chraňte jej před horkem, přímým slunečním zářením, vlhkostí (v žádném případě jej neponořujte do kapalin) a stykem s ostrými hranami. Nepoužívejte přístroj v případě, že máte vlhké ruce.
- Pravidelně kontrolujte přístroj a přívodní kabel z hlediska poškození. Jestliže přístroj vykazuje nějakou závadu, neuvádějte jej do provozu.
- Neopravujte přístroj vlastními silami, nýbrž vyhledejte autorizovaného opraváře.
- Respektujte, prosím, následující „Speciální bezpečnostní pokyny ...“.

Děti a slabé osoby

- Z důvodu zajištění bezpečnosti Vašich dětí neponechávejte v jejich dosahu žádné součásti obalu (plastové pytlíky, kartón, styropor atd.).
  Pozor! Zabraňte tomu, aby si malé děti hrály s fólií. **Hrozí nebezpečí udušení!**
- Za účelem ochrany dětí a slabých osob před nebezpečím elektrických přístrojů dbejte na to, aby byl tento přístroj používán pouze pod dohledem. Tento přístroj není hračka. **Zabraňte** tomu, aby si s ním hrály malé děti.

Zvláštní bezpečnostní pokyny

- Váha s funkcí analyzátoru tělesného tuku není vhodná pro následující okruh osob:
  - Děti mladší 6 let
  - Osoby s příznaky horečky, edemy nebo osteoporózou
  - Osoby, které jsou léčeny dialýzou
  - Osoby užívající léky proti kardiovaskulárním chorobám
  - Těhotné ženy
  - Osoby se srdeční pulsem nižším než 60 tepů za minutu
- Přístroj je konstruován pro maximální tělesnou hmotnost 150 kg (330,7 lb.)! Zatížení větší hmotností může přístroj zničit!

Přehled ovládacích prvků

1 Spínací tlačítko **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Tlačítka se šipkami pro výběr
3 **SET** Tlačítko pro uložení osobních hodnot do paměti
4 tlačítko **UNIT** (nastavení)
5 LCD Displej
6 kontaktní plochy (displej)
7 infračervená lampa
8 kontrolka

Na zadní straně

9 Přihrádka na baterie

Údaje na displeji

10 paměťové místo/datum
11 věk (**AGE**)
12 **HT** tělesná výška cm / in(ch)
13 podíl v procentech - tuk v těle/ tekutina v těle/ svalová hmota
14 **WT** tělesná hmotnost kg, lb. St:
15 potřebný přísun kalorií **KCAL**
16 Údaj o obsahu tělesného tuku **BF**
17 Sloupcový diagram - tělesné vody **BW**
18 svalová hmota **BM**
19 **BON** hmotnost kostí
20 Muž
21 Žena
22 dítě
23 symbol „sportovec"

Pokyny pro zacházení s bateriemi

- Baterie chraňte před dětmi. **Nejedná** se o hračky!
- Baterie nikdy nevhazujte do ohně, nenořte do vody.
- Při vkládáníL baterie dbejte na správnou polaritu.
- Baterie neotevírejte násilím.
- Vyvarujte se styku s kovovými předměty

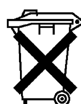
(prstýnky, hřebíLky, šrouby atd.). Hrozí **nebezpečí zkratu**!

- Zkratem se mohou baterie silně zahřát či popř. dokonce vzníLtit. Důsledkem mohou být popáleniny.
- Pro Vaši bezpečnost by při přepravě měly být póly baterií zakryté lepící páskou.
- Pokud baterie vyteče, kapalinu nevtírejte do očíči sliznice. Při dotyku si omyjte ruce, oči vypláchněte čistou vodou a pokud budou potíže přetrvávat, vyhledejte lékaře.
- Vybité baterie nepatří do domovního odpadu. Staré baterie doneste do sběrny určené pro tento účel.

Německu:

- Jakožto spotřebitel jste ze zákona povinni upotřebené baterie/akumulátory vrátit.
- Vaše staré baterie/akumulátory můžete bezplatně odevzdat všude tam, kde jste baterie/akumulátory zakoupili, rovněž i do veřejných sběren ve Vašem městě či obci.

Na bateriích/akumulátorech, které obsahují škodlivélátky se nacházejí tyto značky:



Pb = obsahuje olovo
Cd = obsahuje kadmium
Hg = obsahuje rtuť
Li = obsahuje lithium

Vkládání baterií (nejsou součástí výrobku)

1. Otevřete přihrádku pro baterie na zadní straně váhy a LCD displeje.
2. Vložte po 3 bateriích typu AM4 „AAA“ 1,5V do váhy a LCD displeje. Dbejte na správnou polaritu (viz dno přihrádky na baterie).
3. Přihrádku pro baterii opět zavřete.
4. Nebude-li přístroj delší dobu používán, vyjměte, prosím, baterii z přístroje, aby se tak předešlo eventuálnímu „vytečení“ bateriové kyseliny.
5. Rozdílné typy baterií či nové a použité baterie nesmějí být používány dohromady.
6. Pokud by se během používání objevilo na displeji hlášení „Lo-1“ (LCD displej) resp. „Lo-2“ (váha) označující nedostatečně nabité baterie, proveďte výměnu baterií.

 **Pozor!**
Baterie nepatří do domovního odpadu. Spotřebované baterie odevzdejte v příslušné sběrně nebo u obchodníka, kde jste je zakoupili.

 **Varování!**
Nevystavujte baterie vysoké teplotě nebo přímému slunečnímu světlu. Nikdy baterie nevhazujte do ohně.
Hrozí nebezpečí výbuchu!

Montáž na stěnu

 **Pozor:** LCD displej je vhodný i k montáži na stěnu. Pomocí přiloženého připevňovacího materiálu připevníte LCD displej na stěnu. Zavěste displej na místo, kde ho budete moci pohodlně a bezpečně obsluhovat. Nejdříve namontujte montážní desku. Použijte desku jako pomůcku pro vyznačení otvorů. Pomocí vodováhy montážní desku vyrovnejte a zakreslete na stěnu tři otvory. V této vzdálenosti vyvrtejte tři díry. Předtím se přesvědčte, zda nepoškodíte vedení skrytá ve stěně! Zavěste displej (2 háčky) do montážní desky.

Informace o měření tělesného tuku

Osoby, které používají kardiostimulátor nebo jiný léčebný implantát s elektronickými komponenty, se používání tohoto přístroje nedoporučuje. Činnost implantátu totiž může být tímto přístrojem ohrožena, resp. Negativně ovlivněna.
Přístroj může správně fungovat jen tehdy, když budete stát bosí a se suchýma nohama na kontaktních plochách! Základní princip činnosti tohoto přístroje spočívá v měření elektrické impedance těla. K tomuto účelu nechá přístroj protéci Vaším tělem slabý, neznatelný elektrický signál, aby tak mohl zjistit akutální hodnoty těla.
Tento signál je naprosto neškodný! Přesto se však seznamte s našiimi bezpečnostními pokyny a vezměte je v úvahu! Toto měření je známo pod pojmem „bioelektrická impedanční analýza“ (BIA), faktorem, který souvisí s



podílem tuku a vody v těle a je v přímém vztahu s dalšími biologickými údaji (věk, pohlaví, tělesná výška). Existují lidé, kteří mají vyvážený poměr mezi tukovou a svalovou hmotou a existují na první pohled štíhlí lidé, kteří mají zřetelně zvýšené hodnoty tělesného tuku. Tuk je faktor, který významně přispívá k zatěžování organismu, zejména pak k zatěžování oběhového systému. Kontrola obou hodnot (tuku a hmotnosti) je proto základním předpokladem pro zdraví a dobrou tělesnou kondici.

Tělesný tuk

Tělesný tuk je důležitou součástí organismu. Plní v těle důležité úkoly, od ochrany kloubů přes ukládání vitamínů až po regulaci tělesné teploty. Cílem tedy není radikálně zredukovat podíl tělesného tuku, nýbrž dosáhnout vyváženého poměru mezi svalovou a tukovou hmotou a udržet jej.

Význam vody pro naše zdraví

Lidský organismus se přibližně z 55 - 60% skládá z vody, a to vždy podle věku a pohlaví v rozdílném množství. Voda musí v těle plnit celou řadu úkolů:

Je stavebním kamene našich buněk. To znamená, že všechny buňky našeho těla, ať už buňky pokožky, žláz, svalů, mozku nebo jiné, jsou schopné plnit svoji funkci jen tehdy, jestliže obsahují dostatečné množství vody.
Je rozpouštědlem důležitých substancí v našem organismu.
Je transportním prostředkem pro živiny, tělu vlastní substance a produkty výměny látkové.
Podklady pro Váš tělesný profi l zjistíte podle tabulky směrných hodnot. Ukazují závislost hodnot tělesného tuku na věku a pohlaví.
Mějte vždy na paměti, že, stejně jako u obsahu vody v těle, i podíl tuku v průběhu dne silně kolísá. Měření proto provádějte vždy ve stejnou dobu, abyste získali srovnatelnou hodnotu.
Vypočítané výsledky měření podílu tělesného tuku a vody jsou jen referenční hodnoty. Nelze je doporučit k použití pro medicínské účely. Prosím, poraďte se vždy s Vaším lékařem, jestliže máte dotazy týkající se nějakého lékařského ošetření nebo diety k dosažení normální hmotnosti.

Technické údaje

Přednastavení paměti:

Paměť	Pohlaví	Výška	Věk (AGE)
01	Mužské	170 cm (67.0 in (inch))	30

Počet míst v paměti:	16
Výška:	od 80 do 240 cm (31.5 – 94,5 in)
Věk:	od 6 do 100 let
Minimální hmotnost:	od 2 kg (4,4lb. / 0,314 St:)
Maximální hmotnost:	150 kg (330,7 lb / 23,62 St:)
Rozlišení při vážení:	kroky po 100 g
Dělení stupnice tuku v těle:	0,1%
Tělesný tuk - měřící rozsah:	1,0%–60,0 %
Tělesná voda - měřící rozsah:	20,0%– 75,0%
Rozsah měření svalové hmoty:	10,0%–50,0%
Rozsah mûfiení:	0-9999 Kcal.
Pfiesnost mûfiení:	1 Kcal.
âasové rozdûlení:	24 hodin
Pfiíp. teplota pfii uloÏení:	-10 °C aÏ +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Kalendáfi:	2000-2099
Pfienosová vzdálenost:	max. 2m
Pfiesnost váÏení:	+/- 500g (+/- 11lb)

Směrnice podílu tuku v těle v procentech

věk (roky)	**ženy**				**muži**			
	podváha	normální hmotnost	mírná nadváha	nadváha	podváha	normální hmotnost	mírná nadváha	nadváha
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
věku nad 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

věk (roky)	**ženy**			**muži**		
	hubenost/ chudost	normál	tloušťka/ obezita	hubenost/ chudost	normál	tloušťka/ obezita
sportovec 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%



Směrný údaj procentního podílu tekutiny v těle, svalů a kostí na tělesné hmotnosti a potřebný přísun kalorií pro pokrytí denní potřeby:

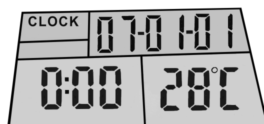
Příklad pro výpočet podílu kostí:
Muž váží 70 kg a má 35 let.
Vypočtená hmotnost kostí činí 12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

věk (roky)	**ženy** Normální hodnoty				**muži** Normální hodnoty			
	tekutina	**svaly**	**kosti**	**kalorie (kcal)**	**tekutina**	**svaly**	**kosti**	**kalorie (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
věku nad 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
sportovec 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Upozornění: Vzhledem k velkému kolísání podílu tělesného tuku je obtížné stanovit směrnou hodnotu. V průměru je optimální čas měření u dospělé osoby mezi 18,00 a 20,00 hod., protože v tomto časovém období zůstává podíl tuku velmi rovnoměrný!

Nastavení času a data

Poté co vložíte baterie do displeje, se na LCD displeji vždy objeví čas, datum, CLOCK a aktuální teplota prostředí (obr. 4). Nastavte čas, jak je popsáno níže.



(obr. 4)

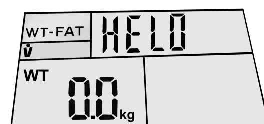
Pro nastavení času stiskněte tlačítko „**SET**". Na LCD displeji začne nejdříve blikat rok. Stiskněte buď tlačítko **P/▲** nebo **ATH/▼**. Když tlačítko **P/▲** nebo tlačítko **ATH/▼** podržíte stisknuté, spustí se rychloběh. Stisknutím tlačítka **SET** displej přejde vždy do následujícího nastavení. Tlačítky **P/▲ / ATH/▼** nastavte měsíc, den, hodiny a minuty. Potvrďte poslední zadání tlačítkem **SET** a objeví se indikace teploty ve °C resp. °F . Stisknutím tlačítka **UNIT** zobrazení přejde z °C na °F.

Když baterie vyjmete z displeje nebo když je třeba provést výměnu baterií, musí se údaje nastavit znovu.

Uvedení do provozu

Funkce normální váhy
Postavte osobní váhu na tvrdý, rovný podklad (ne na koberec !). Nerovná podlaha má za následek nepřesné údaje.

1. Lehkým zatlačením nohou resp. špičkou chodidla na skleněnou plochu váhu zapnete. Svítí červená kontrolka a signalizuje, že přístroj ještě není připraven. Provozuschopnost bude oznámena zeleně svítící kontrolkou. Zapněte displej tlačítkem **MODE**. Na LCD displeji se objeví „8888“, WT-FAT, HELO a WT (Weight-hmotnost).
2. Na displeji (5) se po několika sekundách zobrazí „WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:.)“ (obr. 5).



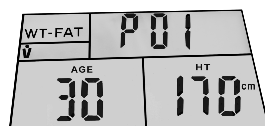
(obr. 5)

3. Když váha není zapnutá, vidíte na LCD displeji toto zobrazení „WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)“.
4. Stoupněte si oběma nohama na váhu. Rozložte rovnoměrně svou tíhu a počkejte, dokud přístroj nevypočítá Vaši hmotnost. Držte displej ve svislé nebo vodorovné poloze nad infračervenou lampou na váze.
5. Zobrazení na displeji nejdříve 2 x blikne a potom se ukáže Vaše přesná hmotnost. Když z váhy sestoupíte, tato se cca po 20 sekundách automaticky vypne.

Naprogramování osobních údajů

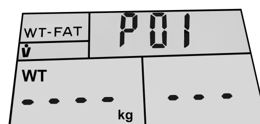
Upozornění: Následující kroky byste měli provést postupně a v průběhu několika sekund, protože jinak přístroj automaticky přeruší programovací proces!

1. Pro zapnutí displeje stiskněte tlačítko **MODE**. Počkejte, až se ukáže zobrazení „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)“. Stisknutím tlačítka **UNIT** zvolte nastavení kg, lb nebo St:.
2. Znovu stiskněte tlačítko **MODE**. Poté stiskněte tlačítko **SET**, a dostanete se do režimu programování. Na LCD displeji se objeví „**SEt**“, poté začne blikat „**P** 01“ (místo uložení do paměti) s přednastaveným symbolem „muže“ a přednastavenou veličinou v cm (in.) (obr. 6).



(obr. 6)

3. Pomocí tlačítek **P/▲ / ATH/▼** zvolte místo uložení do paměti.
4. Stiskněte tlačítko **SET**, displej přejde k dalšímu nastavení.
5. Na displeji bliká symbol „muž“. Tlačítky **P/▲ / ATH/▼** zvolte požadované nastavení (muž nebo žena).
6. Stiskněte opět tlačítko **SET**, a dostanete se k nastavení „tělesná výška". Bliká hodnota „170“ (67.0). Tlačítky **P/▲ / ATH/▼** zvolte příslušnou hodnotu.mezi 80 (31.5 in) a 240 cm (94.5 in).
7. Stiskněte opět tlačítko **SET**, a dostanete se k nastavení AGE (věk). Bliká hodnota „30". Nepřerušeným stisknutím tlačítka - nebo tlačítka **P/▲** urychlíte hledání příslušné hodnoty. Tlačítky **P/▲ / ATH/▼** zvolte hodnotu mezi 6 a 100 lety. U věku nižšího 16 let je na displeji vedle symbolu muže nebo ženy znázorněn dětský obličej.
8. Když znovu stisknete tlačítko **SET**, objeví se na LCD displeji na několik sekund paměťové místo, pohlaví, věk a nastavená tělesná výška, poté se zobrazení změní na „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) a - - - (HT)“. Není-li váha zapnutá, objeví se zobrazení, jak je uvedeno na obr. 7.



(obr. 7)

a. Stiskněte 3 krát tlačítko **MODE**, abyste si ještě jednou prohlédli všechna nastavení. Musí být vidět zobrazení uvedené na obr. 6.
b. Pokud byste chtěli provést změny, tiskněte tlačítko **MODE**, dokud se neobjeví zobrazení uvedené na obr. 6. Stisknutím tlačítka **P/▲** se dostanete do režimu volby. Tlačítky **P/▲ / ATH/▼** nyní zvolte paměťové místo, které byste chtěli změnit (zobrazený údaj bliká) a stiskněte tlačítko **SET**. Dále pokračujte, jak je popsáno v bodech 4-6.
c. Vyčkejte déle než 15 sekund, při nečinnosti LCD displej přejde zpět na zobrazení času.

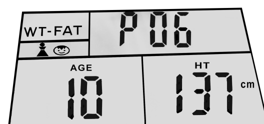
Vaše osobní hodnoty jsou teď uložené ve zvoleném paměťovém místě.
K dispozici je Vám celkem 16 paměťových míst. Vedle svých osobních údajů tak máte možnost uložit do dalších 15 paměťových míst také osobní data ostatních členů rodiny.

Určení hmotnosti těla a kostí, podílu tuku v těle, svalů a tekutiny v těle
Nejprve uložte svá osobní data do paměti. Pro zapnutí zatlačte na váhu, jak je popsáno výše. Stiskněte tlačítko **MODE** pro zapnutí, ukáže se zobrazení, které je uvedeno na obr. 5. Znovu stiskněte tlačítko **MODE**. Stisknutím



tlačítka **P/▲** se dostanete do režimu volby. Pomocí tlačítek **P/▲ / ATH/▼** zvolte místo v paměti, ve kterém jsou uloženy Vaše data.

- Na displeji se nejdříve objeví uložené údaje jako číslo paměťového místa (bliká), pohlaví, věk (AGE) a tělesná výška (HT). Následně se na displeji ukáže „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) a -.- - (HT)“. Osoba v tomto případě: má 10 let, je ženského pohlaví, je vysoká 137 cm a zaujímá paměťové místo 6.



(obr. 8)

Symbol sportovce

Do této skupiny spadají osoby, které sportují alespoň 10 hodin týdně a jejichž srdeční frekvence je cca 60 úderů/min nebo nižší.

Tyto směrné údaje nejsou určeny pro profesionální sportovce jako např atlety v posilovnách.

- Když displej ukazuje WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) a -.- - (HT) a Vy jste ve věku mezi 16 a 50 lety, rozsvítí se po stisknutí tlačítka - symbol sportovce.

- Postavte se teď, prosím, na váhu. Uchopte LCD displej oběma rukama a obemkněte kontaktní plochy resp. se jich oběma rukama dotýkejte.
- Počkejte do ukončení měřicího procesu - údaj hmotnosti na displeji 1x zabliká.
- Displej potom po několika sekundách ukáže Vaši zjištěnou hmotnost, Váš procentový podíl tělesného tuku (symbol „BF %“), následovaný podílem svalové hmoty („BM %“). Dále váha určí procentový podíl tělesné vody („BW %“), požadovanou potřebu kalorií na den (KCAL) a hmotnost kostí v kg/ lb., St:)).
- Následně se zjištěné hodnoty v uvedeném pořadí 2 x zobrazí na LCD displeji. Potom se displej automaticky přepne resp. po několika sekundách znovu přejde na zobrazení času.

Upozornûní:

Do paměti se uloží pouze osobní údaje jednotlivých osob, jako např. věk, tělesná výška atd. Zjištěné hodnoty jako tělesná hmotnost, potřeba kalorií atd., se zobrazují pouze jednorázově.

Údaje na displeji a hlášení chyb

Obecně

Objeví-li se na displeji hlášení o chybě (Err), vyčkejte, až se přístroj vypne. Poté jej znovu zapněte, abyste mohli opět zahájit jeho provoz. Pro kompletní vynulování (Reset) vyjměte na okamžik baterii a poté ji znovu vložte do přístroje.

Hlášení:

• Zapnutí:	Všechny segmenty se zobrazí současně. Děje se tak pro kontrolu bezvadné funkce zobrazování.
• „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“:	Je měřená hmotnost příliš ízká. Není možný bezvadný provoz. Váha není zapnutá
• „Err“:	Vypočítaný %-ní podíl tuku v těle/vody v těle je vyšší než maximální resp. nižší než minimální mezní hodnota měření. Měření bylo přerušeno před ukončením měřicího procesu, resp. měření nebylo možno provést.
• „0-Ld“:	Objeví-li se údaj „0-Ld“, je hmotnost vyšší než 150 kg. Nezatěžujte přístroj více než jak je uvedeno, abyste zabránili škodám na přístroji a senzoru. - Postavte váhu na rovný, tvrdý podklad.
• „Lo-1“	Nízký stav nabití baterií dis pleje.
• „Lo-2“	Nízký stav nabití baterií váhy.

Tipy pro používání a ošetřování

- Važte se vždy bez oděvu a bot před jídlem a vždy ve stejnou denní dobu.
- Váha zaokrouhluje údaje nahoru nebo dolů vždy na nejbližší 100 g.
- Jestliže se vážíte dvakrát a obdržíte dva různé údaje, pak je Vaše hmotnost mezi těmito dvěma hodnotami.
- Váhu nikdy neponořujte do vody, protože by mohlo ke zničení elektroniky.
- Vyjměte baterie v případě, že váhu nebudete delší dobu používat.
- Zacházejte s váhou opatrně, neboť se jedná o měřící přístroj. Nenechte ji spadnout a neskákejte na ni.
- Přístroj nevyžaduje žádnou údržbu.
- Nezatěžujte přístroj hmotností větší než 150 kg (330,7 lb/23,62 St:), abyste předešli jeho poškození.

Čištění

- Váhu resp. nášlapnou plochu a displej čistěte lehce navlhčeným, nikoli mokrým hadrem. Dejte pozor na to, aby se do přístrojů nedostala vlhkost resp. aby do nich nepronikla žádná kapalina!
- Nepoužívejte žádné drsné čistící prostředky! Mohly by poškodit těleso přístroje!
- Jako přísadu můžete použít některý z běžných čistících přípravků nebo normální mýdlo!
- Po očištění části přístrojů dobře do sucha otřete suchým, čistým hadrem.

Tento přístroj byl testován podle všech příslušných, v současné době platných směrnic CE, jako je např. Elektromagnetická kompatibilita a direktiva o nízkonapěťové bezpečnosti, a byl zkonstruován podle nejnovějších bezpečnostně-technických předpisů. Vyhrazujeme si technické změny!

Záruka

Na námi prodaný přístroj poskytujeme záruku v trvání 24 měsíců od data prodeje (pokladní doklad).

Během záruční lhůty odstraníme bezplatně všechny vady přístroje nebo příslušenství, které vzniknou v důsledku vad materiálu nebo výrobních vad, a to opravou nebo, podle našeho uvážení, formou výměny. Záruční plnění nemají za následek ani prodloužení záruční doby ani tím nevzniká nárok na novou záruku!

Jako záruční doklad slouží doklad o koupi. Bez tohoto dokladu nelze uskutečnit bezplatnou výměnu nebo bezplatnou opravu.

V případě uplatnění záruky předejte, prosím, **kompletní** přístroj v **originálním obalu** spolu s pokladním dokladem Vašemu obchodníkovi. Jak na vady na spotřebním příslušenství, resp. Dílech podléhajících rychlému opotřebení, tak i na čištění, údržbu nebo výměnu dílů podléhajících rychlému opotřebení se záruka nevztahuje a je proto nutno je uhradit!

Záruka zaniká v případě, že dojde k zásahu neautorizovanou osobou.

Po uplynutí záruky

Po uplynutí záruční doby je možno za úplatu provést opravy v příslušném odborném obchodě nebo opravně.



Význam symbolu „Popelnice”



Chraňte naše životní prostředí, elektropřístroje nepatří do domovního odpadu.

Využívejte pro likvidaci elektrických přístrojů sběrny k tomu určené a odevzdejte tam Vaše elektrické přístroje, které už nebudete používat.
Pomůžete tak předejít možným negativním dopadům na životní prostředí a lidské zdraví, ke kterým by mohlo dojít v důsledku nesprávné likvidace.

Přispějete tím ke zhodnocení, recyklaci a dalším formám zhodnocení starých elektronických a elektrických přístrojů.

Informace o tom, kde lze tyto přístroje odevzdat k likvidaci, obdržíte prostřednictvím územně správních celků nebo obecního úřadu.

Technické údaje

Model:	PWI 4914 FA
Pokrytí napětí:	2 x 3 1,5V AAA
Min. / Max.	
váhové zatížení:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Hmotnost váhy netto:	2,4 kg



Általános biztonsági rendszabályok

- A készülék használatba vétele előtt gondosan olvassa végig a használati utasítást, és őrizze meg a garancialevéllel, a pénztári nyugtával és lehetőleg a csomagolókartonnal, ill. az abban lévő bélésanyaggal együtt!
- Kizárólag személyi célra használja a készüléket, és csupán arra, amire való! A készülék nem ipari jellegű használatra készült. Ne használja a szabadban (hacsak nem a szabadban való, meghatározott korlátok közötti használatra van szánva)! Ne tegye ki erős hőhatásnak, közvetlen napsugárzásnak és nedvességnek (semmi esetre se mártsa folyadékba), és óvja az éles szélektől! Ne használja a készüléket vizes kézzel!
- Rendszeresen ellenőrizze, hogy nincs-e a készüléken vagy a kábelen sérülés! Sérült készüléket soha ne helyezzen üzembe!
- A kockázatok elkerülése végett ne maga javítsa a készüléket, hanem keressen fel egy erre kiképzett szakembert!
- Tartsa be az itt következő „Speciális biztonsági rendszabályokat” …

Gyermekek és legyengült személyek

- Gyermekei biztonsága érdekében ne hagyja általuk elérhető helyen a csomagolóelemeket (műanyag zacskó, karton, sztiropor stb.)!
  Vigyázat! Kisgyermekeket ne engedjen a fóliával játszani.
  Fulladás veszélye állhat fenn!
- Annak érdekében, hogy a gyermekeket és legyengült személyeket védje az elektromos áramütés veszélyétől, vegye fi gyelembe, hogy a készüléket csak felügyelet mellett szabad használni. A készülék nem játék. **Ne** engedje, hogy kisgyermekek játsszanak vele.

Speciális biztonsági szabályok

- A testzsírelemző mérleg az alább meghatározott személyek körében nem alkalmas a használatra:
  - 6 év alatti gyermekek
  - Lázas, ödémás és csontritkulásos tüneteket mutató személyek
  - Dialízis-kezelés alatt álló személyek
  - Olyan személyek, akik keringésjavító gyógyszereket szednek
  - Terhesek
  - Olyan személyek, akiknek a pulzusszáma percenként 60 alatt van
- A készülék legfeljebb 150 kg-os (330,7 lb.) testsúlyra van méretezve. Ennél nagyobb testsúly tönkreteheti!

A kezelő elemek áttekintése

1 Bekapcsológomb **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Nyíllal jelzett adatbeviteli gombok
3 **SET** Memóriagomb a személyes értékadatok tárolására
4 **UNIT** gomb (beállítás)
5 LCD Display
6 Érintkező felületek (kijelző)
7 Infravörös lámpa
8 Ellenőrzőlámpa

Hátoldal

9 Elemtartó rekesz

Kijelző display

10 Memóriahely/Dátum
11 Kor (**AGE**)
12 **HT** Testmagasság cm-ben (in)
13 Százalékarány - testzsír/ test víztartalma / izomtömeg
14 **WT** Csont-/testsúly, kg, St: lb.
15 Kalóriaszükséglet **KCAL**
16 Testzsír-kijelző **BF**
17 Testzsír-kijelző **BW**
18 Izomtömeg (**BM**) kijelző
19 Csontsúly (**BON)** kijelző
20 Férfi
21 Női
22 Gyermek
23 „Sportoló" szimbólum

Az elem kezelésére vonatkozó tudnivalók

- Tartsa távol a gyerekeket az elemtől. Az elem **nem** játékszer!
- Soha ne dobja tűzbe az elemeket és ne merítse őket vízbe.

- Úgyeljen az elem behelyezésekor a pólusok jelölésére.
- Ne próbáljon erőszakkal elemet felnyitni.
- Kerülje a fémtartalmú tárgyakkal való érintkezést. (gyűrű, szeg, csavar, stb.) **Rövidzárlat veszélye** állhat fenn!
- Az elem rövidzárlat következtében erősen felhevülhet vagy esetleg még meg is gyulladhat.
  Égési sérüléseket okozhat.
- Saját biztonsága érdekében szállításkor az elem pólusait ragasztócsíkkal kellene letakarni.
- Ha kifolyik az elem, a folyadékot ne dőrzsölje szembe vagy nyálkahártyára. Ha hozzáért, mossa meg a kezét, szemét öblítse le hideg vízzel és forduljon orvoshoz, ha panaszai nem múlnak el.
- A használt elemek nem a háztartási hulladékba valók. A régi elemeket vigye a kijelölt gyűjtőhelyre.

Németország:
- Ön, mint fogyasztót törvény kötelezi a használt elem/akkumulátor leadására.
- Térítésmentesen leadhatja ott a régi elemeket/akkumulátorokat, ahol vette őket, vagy a város vagy település nyilvános gyűjtőhelyein.

Ezek a jelölések találhatók a káros anyagokat tartalmazóelemeken/akkumulátorokon:



Pb = ólmot tartalmaz
Cd = kadmiumot tartalmaz
Hg = higanyt tartalmaz
Li = lítiumot tartalmaz

Elemek behelyezése (a csomagolás nem tartalmazza)

1. Nyissa ki az elemtartó rekeszt a mérleg és az LCD-kijelző hátoldalán!
2. Mindig 3 db AM4 típusú „AAA“ 1,5 V-os elemet helyezzen be! Ügyeljen a helyes polaritásra (lásd az elemtartó rekesz fenekén)!
3. Csukja vissza az elemtartó rekeszt!
4. Ha hosszabb időn át nem használja a készüléket, vegye ki belőle az elemet, nehogy „kifusson“ az akkumulátorsav!
5. Eltérő elemtípusokat vagy új és használt elemeket nem szabad egyszerre használni.
6. Ha a használat során a kijelzőn az elemhiányra utaló „Lo-1“ (LCD-kijelző) ill. „Lo-2“ (mérleg) jelentés jelenik meg, cserélje ki az elemet!

 **Figyelem!**
Az elemek nem tartoznak a háztartási szeméthez. Kérjük, hogy a használt elemeket adja le az illetékes gyűjtőhelyeken vagy a szaküzletben!

 **Figyelmeztetés!**
Az elemeket ne tegye ki magas hőmérsékletnek vagy közvetlen napsugárzásnak! Soha ne dobja az elemeket a tűzbe!
Robbanásveszély áll fenn!

Falra szerelés

 **Figyelem!** Az LCD-kijelző falra is felszerelhető. A mellékelt rögzítő anyag segítségével rögzítse az LCD-kijelzőt a falra! A kijelzőt ott akassza fel, ahol kényelmesen és biztosan tudja kezelni! Először a szerelőlapot szerelje fel, a lapot használja jelölési segédletként! A szerelőlapot vízmérték segítségével állítsa be, és rajzolja fel a három furatot a falra! Ebben a távolságban fúrjon ki három lyukat! Előzőleg győződjön meg róla, hogy nem sérti-e meg a falban rejtőző vezetékeket! Akassza be a kijelzőt (2 kampó) a szerelőlapba!

Tájékoztató a testzsírarány-mérésről

Olyan személyeknek, akik szívritmus-szabályozót vagy más, elektronikus alkatrészekkel működő orvosi implantátumot használnak, nem tanácsoljuk ennek a mérlegnek a használatát. Veszélyeztetheti, ill. ronthatja ugyanis az implantátum teljesítményét. A készülék csak akkor működik korrektül, ha mezitláb és száraz lábbal állnak az érintkezőfelületre! A készülék működési elve a test elektromos impedanciájának mérésén alapszik. Ehhez a készülék gyenge, nem érezhető elektromos



jelet áramoltat végig a mérleget használó személy testén, hogy ennek segítségével megállapítsa a test aktuális értékeit. E jel általános teljesen ártalmatlan! Ennek ellenére kérjük, hogy olvassa át speciális biztonsági rendszabályainkat! A mérés a „bioelektromos impedanciaelemzés" fogalma körében ismeretes. Ez egy olyan tényező, amely összefügg a testzsír- és testvízrészaránnyal, és kapcsolatban van egyéb élettani adatokkal (életkor, nem, testmagasság).Vannak emberek, akik testének zsír- és izomaránya kiegyenlített, és vannak látszólag karcsú emberek, akiknek testzsíraránya jócskán meghaladja az átlagosat. A zsír olyan tényező, amely jelentősen hozzájárul a szervezet, különösen a szív és a keringési rendszer terheléséhez. E két érték ellenőrzése (a zsíré és a testsúlyé) ezért az egészség és fi ttség alapvető feltétele.

Testzsír

A test zsíraránya a szervezet fontos alkotóeleme. A zsír fontos feladatokat lát el a testben az ízületek védelmétől kezdve a vitaminok tárolásán keresztül egészen a testhő szabályozásáig. Nem az tehát a cél, hogy radikálisan csökkentsük a zsírarányt, hanem hogy kiegyenlített arányt értjünk el és tartsunk fenn az izomtömeg és a zsírtömeg között.

A víz jelentősége egészségünk szempontjából

Az emberi szervezet 55-60%-ban vízből áll, az életkortól és a nemtől függően különböző arányban.
A víznek seregnyi feladata van a testben:
Sejtjeink építőanyaga. Ez azt jelenti, hogy a test valamennyi sejtje, legyen szó akár bőr-, mirigy-, izom-, agy- vagy egyéb sejtekről, csak akkor működőképes, ha elegendő mennyiségű víz van benne.
A szervezetünkben található fontos alkotóelemek oldószere.
A tápanyagok, a testalkotó anyagok és az anyagcseretermékek szállító közege.
Fitneszprofi ljának irányértékeit az irányérték-táblázatból olvashatja ki. Ön fi ttségprofi ljához. Jelzi, hogyan függ a testzsírarány az életkortól és a nemtől. Vegye mindig fi gyelembe, hogy a test zsírhányada éppúgy, mint a vízháztartása, tetemesen ingadozik a nap 24 óráján belül. Ezért ha összehasonlítható adatot kíván kapni, mindig ugyanabban a napszakban mérje magát! A testzsír- és testvízrészarány számított mérési eredményei csupán referenciaértékek.
Orvosi célra nem ajánljuk használni őket. Ha orvosi kezeléssel vagy a normális testsúly eléréséhez szükséges diétával kapcsolatos kérdései lennének, mindig az orvosától kérjen tanácsot!

Technikai adatok

A memória alapbeállítása:

Memória	Nem	Magasság	Eletkor (AGE)
01	férfi	170 cm (67.0 in (inch))	30

Memóriahelyek száma:	16
Magasságbeállítás:	80-tól 240 cm-ig (31.5 – 94,5 in)
Életkor:	6-től 100 évig
Minimális súly:	2,0 kg-tól (4,4lb. / 0,314 St:)
Maximális súly:	150 kg (330,7 lb / 23,62 St:)
A testsúlymérés bontása:	100 g-os lépésekben
Testzsír-beállítás:	0,1%
Testzsírmérési tartomány:	1,0%–60,0 %
Testvízmérési tartomány:	20,0%– 75,0%
Izomtömeg-mérési tartomány:	10,0%–50,0%
Kalória-méréstartomány:	0-9999 kcal.
Kalória-beosztás	1 kcal.
Időbeosztás:	24 óra
Megengedett tárolási hőmérséklet:	-10 °C és +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
között Naptár:	2000-2099
Átviteli távolság:	max. 2 m
Súlymérési pontosság:	+/- 500 g (+/- 11 lb)

A testzsír részarány irányadó értékei százalékban

Életkor (év)	**Nők**				**Férfiak**			
	Súlyhiány	Normál	Kis súly-felesleg	Súly-felesleg	Súlyhiány	Normál	Kis súly-felesleg	Súly-felesleg
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
és 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Életkor (év)	**Nők**			**Férfiak**		
	vékony/ sovány	normál	kövér/ hájas	vékony/ sovány	normál	kövér/ hájas
Sportoló 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

A testsúly százalékában kifejezett test-víztartalom, izom- és csonthányad irányelve és kalóriaszükséglet a napi szükséglet fedezésére:

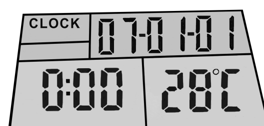
Példa a csonthányad kiszámításához:
Egy ember 70 kg-ot nyom és 35 éves.
A kiszámított csonthányad:
12,6 kg (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Életkor (év)	**Nők** Normál értékek				**Férfiak** Normál értékek			
	Víz	**Izom**	**Csont**	**Kalória (kcal)**	**Víz**	**Izom**	**Csont**	**Kalória (kcal)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
és 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Sportoló 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Figyelem: A testzsírarány jelentős ingadozásai miatt nehéz irányértéket megállapítani. Felnőtt emberek esetében általában 18 és 20 óra között van az optimális mérési idő, mert ebben az időszakban a zsírarány nagyon egyenletes!

Pontos idő és dátum beállítása

Miután az elemeket betette a kijelzőbe, az LCD-kijelzőn mindig megjelenik a pontos idő, a dátum, a CLOCK és a pillanatnyi környezeti hőmérséklet (4. ábra). A pontos időt az alábbiak szerint állítsa be:



(4. ábra)

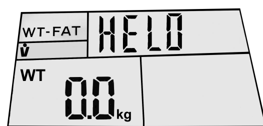
A pontos idő beállításához nyomja meg a **SET** gombot! Az LCD-kijelzőn először az év villog. Nyomja meg vagy a **P/▲** vagy az **ATH/▼** gombot! Ha a **P/▲** vagy az **ATH/▼** gombot nyomva tartja, beindul a gyorsmenet. A **SET** gomb megnyomásával a kijelzés mindig a következő beállításra vált. Állítsa be a **P/▲ / ATH/▼** gombbal a hónapot, napot, órát és a perceket! Nyugtázza az utolsó bevitelt a **SET** gombbal, és a kijelzőn megjelenik a hőmérséklet °C -ban ill. °F-ban. Az **UNIT** gomb megnyomása után a kijelzés °C-ról °F-ra vált át.
Az adatokat újra be kell állítani, ha az elemeket kiveszi a kijelzőből, vagy ha elemcserére van szükség.

Használatba vétel

Tisztán súlymérő funkció
Állítsa a személymérleget kemény, lapos aljzatra (a szőnyegpadló kerülendő!). Az egyenetlen aljzat pontatlanságot eredményez a mérésben.

1. Kapcsolja be a mérleget egy enyhe nyomással, amelyet lábbal ill. lábujjheggyel fejt ki az üvegfelületre. Felgyullad egy ellenőrzőlámpa és jelzi, hogy a készülék még nincs készen. A működőképességet egy zöld ellenőrzőlámpa jelzi. Kapcsolja be a kijelzőt a **MODE** gombbal! Az LCD-kijelzőn megjelenik: „8888", WT-FAT, HELO és WT (weight-súly).

2. A kijelzőn (5) néhány másodperc után megjelenik: „WT 0.0 kg (0.0 lb./ 0:0 St:)“ (5. ábra).



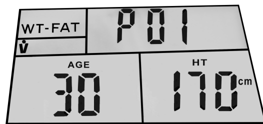
(5. ábra)

3. Ha a mérleg nincs bekapcsolva, a következőket látja az LCD-kijelzőn: „WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)“.
4. Álljon rá mindkét lábbal a mérlegre! Egyenletesen ossza el a testsúlyát, és várjon, mialatt a mérleg kiszámítja az Ön testsúlyát! Tartsa a kijelzőt függőlegesen vagy vízszintesen a mérlegen levő infravörös lámpa fölé!
5. A jelzés a kijelzőn először 2-szer villog, majd megjelenik az Ön pontos súlya. Ha lelép a mérlegről, az kb. 20 másodperc múlva automatikusan kikapcsol.

A személyi adatok beprogramozása

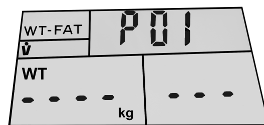
Figyelem: A következő lépéseket egymást követően és néhány másodpercen belül végezze el, különben a készülék automatikusan megszakítja a programozó módozatot!

1. A kijelző bekapcsolásához nyomja meg a **MODE** gombot! Várja meg, amíg a kijelzőn megjelenik a „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)“ kijelzés! Az **UNIT** gomb megnyomásával válassza ki a kg, lb. vagy St: beállítást!
2. Nyomja meg újra a **MODE** gombot! Ezután, nyomja meg a gombot **SET**, hogy eljusson a programozó módba! A LCD kijelzőn megjelenik a „**SEt**“, majd villogni kezd a „**P** 01“ (memóriahely) kijelzés, megjelenik az előre beállított „férfi“ szimbólum és az előre beállított magasság cm-ben (in.) (6. ábra).



(6. ábra)

3. A **P/▲ / ATH/▼** gombbal válasszon ki egy memóriahelyet!
4. Ezt követően nyomja meg a gombot **SET**, a kijelző átvált a következő beállításra.
5. A kijelzőn villog a „férfi" szimbólum. A **P/▲ / ATH/▼** gombbal válasszon ki egy beállítást (férfi vagy nő)!
6. Újból nyomja meg a gombot **SET**, hogy a „testmagasság" beállításhoz jusson! A „170“ (67.0) kijelzés villog. A **P/▲ / ATH/▼** gombbal válasszon ki egy értéket 80 (31.5 in) és 240 cm (94.5 in) között!
7. Újra nyomja meg a gombot **SET**, hogy az AGE (életkor) beállításhoz jusson! A „30" kijelzés villog. Ha a **ATH/▼** vagy a **P/▲** gombot lenyomva tartja, beugrik a gyorsfutás. A **P/▲ / ATH/▼** gombbal válasszon ki egy számot 6 és 100 év között! Ha az életkor 16 alatt van, a kijelzőn a férfi vagy nő szimbólum mellett megjelenik egy gyermekarc.
8. Nyomja meg újra a **SET** gombot, az LCD-kijelzőn néhány másodpercre megjelenik a memóriahely, a nem, a kor és a beállított testmagasság, majd az LCD-kijelző „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)-ra és - - - (HT)“-ra vált. Ha a mérleg nincs bekapcsolva, a 7. ábrán látható kijelzés jelenik meg.



(7. ábra)

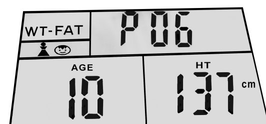
a. Nyomja meg a **MODE** gombot 3-szor, hogy minden beállítást még egyszer megnézzen! A 6. ábra kijelzésnek kell láthatónak lenni.
b. Ha változtatásokat szeretne végezni, nyomja a **MODE** gombot, amíg megjelenik a 6. ábra! A **P/▲** gomb megnyomásával választás-módba jut. Most a **P/▲ / ATH/▼** gombokkal válassza ki a memóriahelyet, amelyet meg szeretne változtatni (kijelző villog), és nyomja meg a **SET** gombot! Menjen tovább a 4-6. pontban leírtak szerint!
c. Ha 15 másodpercnél tovább vár, anélkül, hogy valamit tenne, az LCD-kijelző visszavált pontos időre.

Az Ön egyéni értékei a kiválasztott memóriahelyen kerülnek tárolásra. Összesen 16 memóriahely áll rendelkezésre. Így Ön további 15 memóriahelyen saját értékei mellett családtagjainak egyéni értékeit tárolhatja el.

A test- és a csontsúly, a testzsír- és az izomhányad és a test víztartalmának meghatározása

Először mentse el személyes adatait egy memóriahelyre! Bekapcsoláshoz a fentebb leírtak szerint nyomja meg a mérleget! Nyomja meg a **MODE** bekapcsoló gombot, láthatóvá válik az 5. ábrán bemutatott kijelzés. Nyomja meg újra a **MODE** gombot! A **P/▲** gomb megnyomásával választó-módba jut el. A **P/▲ / ATH/▼** gombbal válassza ki azt a memóriahelyet, ahová a saját adatait kívánja elmenteni!

- A kijelzőn megjelennek az először elmentett adatok, mint a memóriaszám (villog), a nem, a kor (AGE) és a testmagasság (HT). Majd ezután megjelenik a kijelzőn a „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) és -.- - (HT)“ kijelzés. Ebben az esetben a személy: 10 éves korú, nő és 137 cm magas és a 6-os memóriahelyet foglalja el.



(8. ábra)

Sportoló-szimbólum

Ebbe a csoportba azok a személyek tartoznak, akik hetente legalább 10 órát töltenek sporttevékenységgel és szívfrekvenciájuk kb. 60 ütés/perc vagy ennél alacsonyabb.

Az irányelvek nem profi sportolókra vonatkoznak, mint amilyenek pl. a testépítők.

- Ha a kijelzőn a WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) es -.- - (HT) jelenik meg és az Ön kora 16 és 50 év között van, a **ATH/▼** gomb megnyomása után felgyullad a sportoló-szimbólum.

- Most álljon fel a mérlegre! Fogja meg két kézzel az LCD-kijelzőt, zárja körül ill. érintse meg az érintkezési felületeket a kezeivel!
- Várjon, amíg a mérési folyamat befejeződik, a súlykijelzés kétszer felvillan a kijelzőn.
- A kijelző ezután néhány másodperc múlva megmutatja az Ön testsúlyát, testzsír-tömegét százalékban („BF %“ szimbólum), az izomtömeg-hányadból („BM %“) következtetve. Továbbá meghatározza a mérleg a test víztartalmát százalékban („BW %“), a napi kalóriaszükségletet (KCAL) és a csonttömeget kg/ lb. St: (BON / kg (lb., St:)) mértékegységben.
- A következőkben a meghatározott értékeket 2-szer megjeleníti a megadott sorrendben az LCD-kijelzőn. Majd a kijelző automatikusan átkapcsol, ill. néhány másodperc után ismét pontos időre vált.

Útmutatás:

A készülék csak az egyes személyek személyes adatait tárolja, mint pl. a kort, testmagasságot, stb. A meghatározott értékeket, úgymint testsúlyt, kalóriaszükségletet, stb. csak egyszer jelzi ki.

A display-n megjelenő kijelzések és hibajelentések

Általános tudnivalók

Ha hibajelentés (Err) jelenik meg a display-n, várjon, míg a készülék magától ki nem kapcsolódik. Ezután kapcsolja be ismét, hogy újra kezdje a működést! A program teljes újraindításához (Reset) vegye ki egy pillanatra az elemet, majd csatlakoztassa újra!

Jelentések:

- Bekapcsolás: Egyidejűleg kigyullad valamennyi szegmens. Ezzel történik meg annak az ellenőrzése, hogy kifogástalanul működnek-e a kijelzések.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“: A mérleg rosszul áll, vagy túlságosan kicsi a megmérendő súly. A mérleget nem lehet kifogástalanul működtetni. A mérleg nincs bekapcsolva.
- „Err“: A kiszámított százalékos testzsír-/testvíz-részarány a mérési tartomány felső ill. alsó határértéke alatt van. A mérés megszakadt,

mielőtt a mérési folyamat befejeződött volna, ill. nem lehetett a mérést elvégezni.

- „0-Ld“: Ha a kijelzőben az „0-Ld“ felirat látható, a testsúly meghaladja a 150 kg-ot. A készülék és az érzékelő károsodásának elkerülése érdekében ne terhelje a megadottnál nagyobb mértékben a készüléket. - Állítsa a mérleget sík és kemény aljzatra!
- „Lo-1“ A kijelzőben levő elem töltési szintje túl alacsony.
- „Lo-2“ A mérleg elemének töltési szintje túl alacsony.

Tippek a mérleg használatához és gondozásához

- Ruha és cipő nélkül, étkezés előtt, és a nap azonos időpontjában mérje magát.
- A mérleg a legközelebbi 100-g-ra kerekít fel vagy le.
- Ha egymás után kétszer méredzkedik, és eredményként két különböző adatot kap, akkor a testsúlya a két érték között van.
- Ne tegye a mérleget vízbe, ezzel tönkreteheti a benne lévő elektronikát.
- Vegye ki a telepeket, ha a mérleget hosszabb időn keresztül nem használja.
- Óvatosan használja a mérleget, hiszen mérőműszer. Ne ejtse le, és ne ugorjon rá.
- A készülék egyáltalán nem igényel karbantartást.
- 150 kg-nál (330,7 lb./23,62 St:) nagyobb súllyal ne terhelje a készüléket a károsodás elkerülése végett.

Tisztítás

- A mérleget, ill. a fellépő felületet és a kijelzőt egy enyhén nedves, nem vizes kendővel tisztítsa meg! Ügyeljen arra, hogy ne hatoljon be pára ill. nedvesség a készülékbe!
- Ne használjon erős tisztítószereket! Ezek károsíthatják a mérleg burkolatát!
- Adalékként használhat a kereskedelemben kapható mosogatószereket vagy egyszerű szappant.
- Tisztítás után a készülék egyes elemeit jól szárítsa meg egy száraz, puha kendővel!

Ezt a készüléket az Európa Tanács minden vonatkozó aktuális irányelve szerint (pl. Elektromágnesességelviselő képesség vagy kisfeszültség-elviselő képesség) ellenőriztük, és a legújabb biztonságtechnikai előírások szerint készült. Megjegyezzük az esetleges müszaki változásokat!

Garancia

Garanciális igényeivel forduljon, kérem, a szerződéses kereskedőjéhez! A garancia igazolására a pénztári nyugta szolgál. E nélkül az igazolás nélkül sem díjmentes csere, sem díjtalan javítás nem végezhető.

Garanciális esetben eredeti csomagolásában adja át az alapkészüléket a pénztári bizonylattal együtt annak a kereskedőnek, akitől a készüléket vásárolta! A tartozékok hibái nem eredményezik automatikusan az egész készülék díjtalan cseréjét. Ilyen esetekben forduljon „forró vonalunkhoz"! Az üvegtörésből, ill. A műanyag alkatrészek töréséből eredő hibák megszüntetése mindenkor térítésköteles.

Sem az elhasználódó tartozékokban, ill. kopó alkatrészekben bekövetkező hibák, sem a tisztítás, karbantartás vagy a kopó alkatrészek cseréje nem esik a garancia hatálya alá, következésképp térítésköteles. Illetéktelen beavatkozás a garancia megszűnését eredményezi.

Illetéktelen beavatkozás a garancia megszűnését eredményezi.

A garanciális idő után

A garanciális idő eltelte után a megfelelő szakkereskedésben vagy javítószolgálatnál végeztethet térítésköteles javításokat.



A „kuka” piktogram jelentése



Kímélje környezetünket, az elektromos készülékek nem a háztartási szemétbe valók!

Vegye igénybe a villamossági készülékek hulladékmentesítésére kialakított gyűjtőhelyeket, és adja le ott készülékét, amelyet már nem kíván használni.

Ezzel segítséget nyújt ahhoz, hogy elkerülhetők legyenek azok a hatások, amelyeket a helytelen „szemétre dobás” gyakorolhat a környezetre és az emberi egészségre.

Ezzel hozzájárul az újrahasznosításhoz, a recyclinghoz és a kiöregedett elektromos és elektronikus készülékek értékesítésének egyéb formáihoz.

Az önkormányzatoknál vagy a polgármesteri hivatalokban tájékoztatást kaphat arról, hogy hova viheti a kiselejtezett készülékeket

Műszaki adatok

Modell:	PWI 4914 FA
Feszültségellátás:	2 x 3 1,5V AAA
Min. / Max. súlyterhelhetőség:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Mérleg nettósúlya:	2,4 kg

Общие указания по технике безопасности

- Перед началом эксплуатации прибора внимательно прочитайте прилагаемую инструкцию по эксплуатации и сохраните ее в надежном месте, вместе с гарантийным талоном, кассовым чеком и, по возможности, картонной коробкой с упаковочным материалом.
- Пользуйтесь прибором только частным образом и по назначению. Прибор не предназначен для коммерческого использования. Не пользуйтесь прибором под открытым небом (исключая приборы, эксплуатация которых под открытым небом допустима). Предохраняйте прибор от жары, прямых солнечных лучей, влажности (ни в коем случае не погружайте его в воду) и ударов об острые углы. Не прикасайтесь к прибору влажными руками.
- Регулярно осматривайте прибор и кабель на предмет возможных повреждений. Ни в коем случае не включайте прибор, имеющий повреждения.
- Ни в коем случае не ремонтируйте прибор самостоятельно, а обращайтесь в таком случае за помощью к специалисту, имеющему соответствующий допуск.
- Пожалуйста, соблюдайте нижеследующие “Специальные указания по технике безопасности ...”.

Дети и лица нуждающиеся в присмотре

- Из соображений безопасности для детей не оставляйте лежать упаковку (пластиковые мешки, картон, пенопласт и .д.) без присмотра.
  Внимание! Не позволяйте детям играть с полиэтиленовой пленкой.
  Опасность удушья!
- Чтобы защитить детей и других лиц, нуждающихся в уходе и присмотре, от поражения электротоком, следите за тем, чтобы прибор не включался без присмотра. тот прибор - не игрушка. **Не** допускайте к нему детей.

Специальные указания

- Весы для измерения доли жировых тканей в организме не предназначены для следующего круга лиц :
  - Дети до 6 лет
  - Лиц с симптомами повышенной температуры, остеопороза или отеками
  - Лиц лечащихся диализом
  - Лиц принимающих лекарства от заболеваний сердечно-сосудистой системы
  - Беременных
  - Лиц с частотой пульса ниже 60 ударов/минуту
- Прибор сконструирован для взвешивания максимум 150 кг (330,7 lb.)! Более высокий вес может испортить прибор!

Обзор деталей прибора

1 Включатель **MODE**
2 **P/▲ / ATH/▼** Кнопки со стрелками
3 **SET** Кнопка запоминания личных данных
4 Кнопка **UNIT** (установка)
5 LCD Дисплей
6 Контактные поверхности (дисплей)
7 Инфракрасная (ИК) лампа
8 Контрольная лампа

Обратная сторона

9 Отсек батареек

Показания дисплея

10 Ячейка памяти/дата
11 Возраст (**AGE**)
12 **HT**, рост в см / дюймах
13 Процент содержания жира/воды/мышечной массы в организме
14 **WT**, вес в кг, ф. ст: (kg, lb., St:)
15 Потребность в калориях **KCAL** (**ккал**)
16 Показания доли жировых тканей **BF**
17 Ступенчатый индикатор доли воды в организме **BW**
18 Индикатор мышечной массы **BM**
19 Индикатор веса костей **BON**
20 Мужской
21 Женский
22 Ребенок
23 Символ батарейки

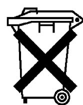
Техника безопасности в обращении с батарейками

- Храните батарейки подальше от детей. Это **не** игрушки!
- Ни в коем случае не бросайте батарейки в огонь или воду.
- Вставляя батарейки, следите за правильной полярностью.
- Не вскрывайте батарейки.
- Не допускайте контакта батареек с металлическими предметами. (кольца, гвозди, шурупы и т.п.) Опасность **короткого замыкания**!
- Короткое замыкание может привести к сильному нагреванию батарейки и даже к ее воспламенению. В результате можно получить ожоги.
- В целях безопасности рекомендуется заклеивать полюса батареек липкой лентой на время хранения или перевозки.
- Если батарейкавытекла, ни в коем случае не допускайте попадания жидкости в глаза или на другие слизистые оболочки. В случае контакта помыть руки, прополоскать глаза чистой водой, если симптомы не исчезнут - обратиться к врачу.
- Не бросайте использованные батарейки в домашний мусор. Сдавайте их в предусмотренные для этого пункты приема.

Германия:

- Всем потребителям закон предписывает сдавать обратно отработанные батарейки/аккумуляторы.
- Старые батарейки/аккумуляторы можно бесплатно сдать там, где они были куплены, а также в общественных пункиах приема по месту жительства.

Эти знаки нанесены на батарейки/аккумуляторы, содержащие вредные вещества:



Pb = содержит свинец
Cd = содержит кадмий
Hg = содержит ртуть
Li = содержит литий

Установка батарей (не входят в комплект поставки)

1. Откройте отделения для батарей на обратной стороне весов и ЖКИ- дисплея.
2. Вставьте в них по 3 батареи типа AM4 „AAA“ 1,5 В. Следите за правильной полярностью (смотри дно отсека)!
3. Закройте отсек для батареек обратно.
4. Если электроприбор долгое время не используется выньте батарейки из него, чтобы предотвратить "вытекание" щелочи из них.
5. Ни в коем случае не мешайте новые батарейки со старыми, а также с батарейками других типов.
6. Батареи подлежат замене, если в процессе эксплуатации на дисплее появляется индикация „Lo-1“ (дисплей) или „Lo-2“ (весы), указывающая на то, что батареи разряжены.

 **Внимание!**
Не выбрасывайте батареи вместе с бытовым мусором. Использованные батареи следует сдать в один из пунктов сбора вторсырья или в специализированный магазин.

 **Предостережение!**
Не подвергайте батареи нагреванию или воздействию прямого солнечного света. Ни в коем случае не бросайте батареи в огонь. **Существует опасность взрыва!**

Монтаж на стене

 **Внимание:** ЖКИ-дисплей подходит также для монтажа на стене. Закрепите дисплей с помощью прилагаемого крепежа на стене, выбрав для этого подходящее место, допускающее удобное и надежное обслуживание дисплея. Сначала смонтируйте монтажную панель. Для этого возьмите ее, как вспомогательное средство разметки. Выровняйте панель с помощью уровня и разметьте три отверстия в стене. Согласно сделанной разметке просверлите в стене три

отверстия, предварительно удостоверившись в том, что при этом не будет повреждена скрытая проводка! Подвесьте дисплей на монтажной панели (2 крюка).

Информация к теме измерение массы жировых отложений в организме

Лицам, носящим сердечный шагомер или другой медицинский имплантат, регулируемые электроникой, не рекомендуется пользоваться этими весами. Они могут негативно повлиять на правильное функционирование имплантатов. Прибор функционирует правильно только в том случае, если правильно встать на контактную подложку босиком, сухими ногами! Принцип работы весов основан не измерении электрического сопротивления организма. Для этого весы пропускают через организм слабый, нечуствительный электрический сигнал, чтобы таким образом собрать данные о его актуальном состоянии. Сигнал, в общем, абсолютно безопасен! Несмотря на это, соблюдайте все-таки наши специальные указания по технике безопасности! Этот процедура известна под названием „Биоэлектрическая диагностика" (BIA), фактором, который зависит от доли жировых тканей/воды в организме, а также связан в определенной пропорции с другимибиологическими параметрами (возраст, пол, рост).
Известно, что есть толстые люди с уравновешенной пропорцией между мускульной и жировой массой и есть, кажущиеся стройными, люди с сильно завышенным значением массы жировых отложений. Жировые отложения это фактор, который сильно обременяет организм человека, в особенности сердечно-сосудистую систему. Поэтому, контроль обоих параметров (мускульной и жировой массы), является основной предпосылкой здоровья и достижения хорошего самочуствия.

Жировые ткани

Жировые отложения являются важной частью организма. Они перенимают различные, очень важные, функции в организме, от защиты суставов и накопления витаминов, до регуляции температуры. Поэтому, конечной целью является не радикальное уменьшение массы жировых отложений, а достижение и поддержание уравновешенной пропорции между мускульной и жировой массой.

Роль воды для нашего здоровья

Человеческий организм состоит примерно на 55-60% из воды, более или менее в зависимости от возраста и пола. Вода выполняет целый ряд заданий в организме:
Она является основой каждой клетки. Это означает, что каждая клетка организма: то ли это клетка кожи, пор, мускул, мозга или любая другая, только тогда жизнеспособна, если содержит достаточное количество воды.
Она служит растворителем важнейших веществ в нашем организме.
Транспортирует питательные вещества, вещества создаваемые самим организмом и продукты обмена веществ.
Сравнительные данные для определения вашего профиля приведены в таблице рекомендумых значений. Она показывает зависимость доли массы жировых отложений в организме от возраста и пола.
Не забывайте, что доля жировой массы в организме меняется в течении суток, также как и доля воды в нем. Поэтому, для достижения соизмеримых значений, проводите измерения в одно и тоже время суток. Результаты измерений доли жировых тканей/воды в организме носят только информативный характер. Не рекомендуется применять их в медицинских целях. Обратитесь за консультацией к соответствующему врачу, если у вас возникли вопросы по лечению или вопросы по диете с целью достижения нормального веса.

Технические характеристики

Ввод данныхв память:

Ячейка памяти	Пол	Рост	Возраст (AGE)
01	мужской	170 см (67.0 in фут)	30

Количество ячеек памяти: 16
Рост: от 80 до 240 см (31.5 – 94,5 in)
Возраст: от 6 до 100 лет
Минимальный вес: от 2,0 кг (4,4lb. / 0,314 St:)
Максимальный вес: 150 кг (330,7 lb / 23,62 St:)
Разрешающая способность по весу: шагами по 100 г
Цена деления при показании доли жира: 0,1%
Диапазон измерений доли жир. тканей: 1,0%–60,0 %
Диапазон измерений доли воды: 20,0%– 75,0%
Область измерения мышечной массы: 10,0%– 50,0%
Диапазон измерения энерготрат: 0-9999 ккал.
Распределение энерготрат: 1 ккал.
Распределение времени: 24 часа
Доп. температура хранения: от -10 °C до +60 °C (14,0 °F ~ 140,0 °F)
Календарь: с 2000 по 2099 гг.
Дальность ИК-передачи : макс. 2 м
Точность измерения веса: +/- 500 г (+/- 11 ст)

Ориентировочные показатели доли жира в организме в процентах

Возраст (в годах)	**Женщины**				**Мужчины**			
	Вес ниже нормы	Нормальный вес	Вес слегка выше нормы	Избыточный вес	Вес ниже нормы	Нормальный вес	Вес слегка выше нормы	Избыточный вес
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
старше 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Возраст (в годах)	**Женщины**			**Мужчины**		
	худой/ тощий	нормальный	полный/ толстый	худой/ тощий	нормальный	полный/ толстый
Спортсмен 16-50	< 13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Ориентировочное содержание воды, мышечной массы, костей в организме в процентах от веса тела и ориентировочная потребность в калориях для удовлетворения суточной потребности:

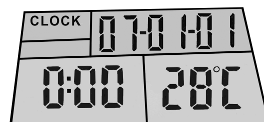
Пример вычисления доли костной массы:
Мужчина в возрасте 35 лет весит 70 кг. Установленный вес костной массы составляет 12,6 кг (12,6 x 100 / 70 = 18%).

Возраст (в годах)	**Женщины**				**Мужчины**			
	Нормальные значения				Нормальные значения			
	Вода	**Мышцы**	**Кости**	**Калории (ккал)**	**Вода**	**Мышцы**	**Кости**	**Калории (ккал)**
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
старше 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Спортсмен 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

Примечание! По причине сильного колебания жировой массы в организме человека, очень сложно найти контрольное значение этого параметра. В среднем можно сказать, самое оптимальное время для проведения измерений у взрослого человека лежит между 18.00 и 20.00, так как в это время жировая масса организма имеет относительно стабильное значение.

Установка времени и даты

После установки батарей на дисплее появляется индикация времени, даты,



(рис. 4)

CLOCK и окружающей температуры (рис. 4). Установите время, как это описано ниже:

Для установки времени нажмите на кнопку **SET**. На дисплее начинает мигать индикация года. Нажмите на кнопку **P/▲** или на кнопку **ATH/▼**. Если нажать на кнопку **P/▲** или **ATH/▼** и держать ее, то включается быстрый счет. При нажатии на кнопку **SET** индикация всегда переключается на следующую установку. С помощью кнопок **P/▲ /ATH/▼** установите месяц, день, часы и минуты. После подтверждения последнего ввода, нажатием на кнопку **SET**, появляется индикация температуры по шкале °C или °F. При нажатии на кнопку **UNIT** индикация переключается с °C на °F.
Если батареи были удалены из дисплея или после замены батарей все установки должны быть выполнены заново.

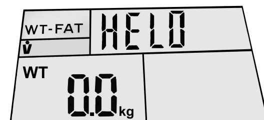
Подготовка к работе

Чисто взвешивание Установите весы на твердую плоскую основу (избегайте ковры и тому подобное). Неровный пол приводит к ложным показаниям.

1. Включите весы легким нажатием ступни или кончиков пальцев на стеклянную поверхность. При этом загорается красная контрольная лампа, которая показывает, что прибор включен, но еще не готов к работе. Готовность к работе индицируется загоранием зеленой контрольной лампы. Включите дисплей

кнопкой **MODE**. На дисплее появляются обозначения „8888", WT-FAT, HELO и WT (weight-вес).

2. Через несколько секунд на дисплее (5) появляется индикация „WT 0.0 kg (0.0 lb./0:0 St:)“ (рис. 5).



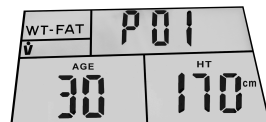
(рис. 5)

3. Когда весы не включены, на дисплее индицируется „WT - - - - kg (- - - - lb., - - - - St:)“.
4. Встаньте на весы двумя ступнями, распределите свой вес равномерно и подождите, пока весы рассчитают вес. Держите дисплей над ИК-лампой весов вертикально или горизонтально.
5. Индикация дисплея мигает сначала 2 раза, а затем показывает точный вес. При сходе с весов они автоматически выключаются примерно через 20 секунд.

Программирование индивидуальных данных

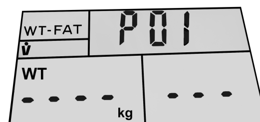
Примечание! Следующие шаги необходимо провести последовательно в течении нескольких секунд, иначе режим программирования прервется!

1. Для того, чтобы включить дисплей, нажмите на кнопку **MODE**. Подождите, пока на дисплее появится индикация „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:)“. Нажатием на кнопку **UNIT** выберите установку в килограммах, фунтах или стоксах.
2. Нажмите на кнопку **MODE** еще раз. Затем нажмите на кнопку **SET**, чтобы попасть в модус программирования. На LCD дисплее появится «**SEt**», затем начнет мигать « **P** 01» (ячейка памяти), на экране появляется заданный символ для «мужского пола» и заданный рост в см (in.) (рис. 6).



(рис. 6)

3. С помощью кнопок **P/▲ / ATH/▼** выберите ячейку памяти.
4. Затем нажмите на кнопку **SET**, дисплей переключается на следующую настройку
5. На дисплее мигает символ для «мужского пола». Выберите настройку (мужской или женский пол) с помощью кнопок **P/▲ / ATH/▼**.
6. Снова нажмите на кнопку **SET**, чтобы попасть в настройку роста. Начинает мигать «170» (67.0). С помощью кнопок **P/▲ / ATH/▼** выберите необходимую величину между 80 (31.5 in) и 240 см (94,5 in).
7. Снова нажмите на кнопку **SET**, чтобы попасть в настройку возраста (AGE). Начинает мигать «30». Нажав кнопку **-** или **P/▲** и **ATH/▼** держа ее нажатой, Вы включите ускоренный поиск. С помощью кнопок **P/▲ / ATH/▼** выберите величину между 6 и 100 годами. При возрасте меньше 16-и лет на дисплее рядом с символами мужского или женского пола появится детское личико.
8. Снова нажмите на кнопку **SET**. Через несколько секунд на дисплее появится номер ячейки памяти, личные установки пола, возраста и роста, после чего индикация переклю-чается на „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) b - - - (HT)“. Если весы не включены, то появляется индикация, представленная на рис. 7.



(рис. 7)

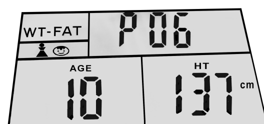
a. Нажмите три раза на кнопку **MODE**, чтобы еще раз вывести на дисплей все установки. При этом должна появиться индикация, показанная на рис. 6.
b. Если требуется сделать изменения, нажмите несколько раз на кнопку **MODE** до появления индикации, показанной на рис. 6. После этого, нажав на кнопку **P/▲**, можно перейти в режим выбора установок. Выберите кнопками **P/▲ / ATH/▼** ячейку памяти, в которой вы хотели бы выполнить изменения (индикация мигает), и нажмите на кнопку **SET**. Далее действуйте, как это описано в п. 4-6 выше.

с. Подождите, по крайней мере, 15 секунд, не производя никаких действий - на дисплее снова появится индикация времени.

Теперь в выбранной Вами ячейке памяти занесены Ваши личные данные.
Всего в Вашем распоряжении 16 ячеек памяти. Таким образом, кроме Ваших данных Вы можете занести еще в 15 ячеек памяти личные данные других членов семьи.

Определения веса тела и веса костной массы, содержания жира, мышечной массы и воды в организме
Сначала задайте Ваши личные данные в одну из ячеек памяти. Для включения прибора нажмите на весы, как это было описано выше. Нажмите на кнопку включения **MODE** - индикация дисплея показана на рис. 5. Нажмите на кнопку **MODE** еще раз. Режим выбора установок включается при нажатии на кнопку **P/▲**. С помощью кнопок **P/▲ / ATH/▼** выберите ячейку памяти, в которой записаны Ваши данные.

- На дисплее сначала появляются данные, такие как номер ячейки памяти (мигает), пол, возраст (AGE) и рост (HT), а вслед за этим: „WT 0.0 kg (0.0 lb./0: 0 St:) и -.- - (HT)“. В данном случае в ячейку памяти №6 были введены данные: возраст 10 лет, пол женский и рост 137 см.



(рис. 8)

Символ спортсмена
В эту группу входят люди, занимающиеся спортом по меньшей мере 10 часов в неделю и частота сердечных сокращений которых не превышает 60 ударов в минуту.
Ориентировочные величины не рассчитаны на профессиональных спортсменов, к примеру культуристов.

- Если на дисплее загорается WT 0.0 kg (0.0 lb. / 0: 0 St:) и -.- - (HT) и Ваш возраст между 16 и 50 годами, то после нажатия кнопки **ATH/▼** на экране загорится символ спортсмена.

- Встаньте на весы. Возьмите ЖКИ-дисплей двумя руками, охватив контактные поверхности, или прикоснитесь к ним руками.
- Подождите окончания измерительного процесса, показания веса на дисплее мигает два раза.
- Через несколько секунд на дисплее появится значение процентного содержания жира (символ „BF %“) и доля мышечной массы („BM %“) в вашем организме. Кроме того, весы определяют процентное содержание в организме воды („BW %“), дневную потребность в калориях (KCAL) и костную массу в килограммах/ фунтах (BON / kg (lb., St:)).
- В заключение рассчитанные значения индицируются на дисплее дважды в указанной последовательности. После этого дисплей автоматически переключается в исходное состояние и через несколько секунд снова показывает время.

Указание:
В памяти сохраняются только лишь личные данные отдельных пользователей, как например: возраст, рост и т.д. Расчетные значения, такие как: вес, потребность в калориях и т.д. выводятся на дисплей лишь один раз.

Показания дисплея и сообщения об ошибках

Общие положения
Если на дисплее появится сообщение об ошибке (Err), подождите пока весы выключатся. После этого включите их опять. Чтобы полностью сбросить (Reset) весы в исходное состояние отключите на короткое время батарейки, а затем подключите их опять.

Сообщения

- Включение: Все сегменты загораются одновременно. Это контроль правильного функционирования индикатора.
- „- - - - kg (- - - - lb./ - - - - St:)“: Весы стоят неправильно или недостаточный вес Измерение невозможно. Установите весы на твердую, ровную поверхность. Весы не включаются.
- „Err“: Вычисленная процентная доля жира/воды в организме превышает верхнее крайнее значение или же не достигает нижнего крайнего значения в области измерения. Измерение было прервано, до того как процесс измерения был закончен или же измерение не смогло быть проведено.
- „0-Ld“: Если на дисплее появляется «0-Ld», то вес превышает 150 кг. Не перегружайте прибор более разрешенного, дабы избежать повреждений прибора и сенсора. - Установите весы на твердую, ровную поверхность.
- „Lo-1“ разряжены батареи дисплея.
- „Lo-2“ разряжены батареи весов.

Рекомендации по применению и уходу за весами

- Взвешивайтесь без одежды и обуви, перед едой и всегда в одно и тоже время суток.
- Весы округляют показания в ту или иную сторону с точностью до 100 г.
- Если вы взвесились два раза и получили различные показания, то ваш вес лежит между этими показаниями.
- Непогружайте весы в водую, это может привести к порче электроники.
- Если весы долгое время неиспользуются, вытащите батарейку.
- Обращайтесь с весами бережно, потому что это измерительный инструмент. Не роняйте и не прыгайте на нем.
- Прибор н нуждатся в тхобслуживании.
- Чтобы н повրдить всы, взвшивайт на них н бол 150 кг (330,7 lb./23,62 St:).

Чистка прибора

- Очищайте весы или поверхность взвешивания, а также дисплей, влажной, но не мокрой, тряпкой. Следите за тем, чтобы в прибор не проникала влага или вода!
- Не применяйте сильные моющие средства и добавки! Они могут повредить корпус прибора!
- В качестве добавки можно применить обычные моющие средства, предлагаемыми торговлей, или слабый мыльный раствор!
- В заключение просушите очищенные детали мягкой сухой тряпкой.

Это изделение прошло все необходимые и актуальные проверки, предписанные директивой CE, к прим. на электромагнитную совместимость и соответствие требованиям к низковольтной технике, оно было также сконструировано и построено с учетом последних требований по технике безопасности.

Мы оставляем за собой право на технические изменения!

После гарантии

После окончания срока гарантии, ремонт изделий производится за оплату, соответствующими мастерскими или пунктами сервисного обслуживания.

Гарантийное обязательство

Гарантийный срок на территории Российской Федерации устанавливается полномочными представителями.

Кассовый чек является гарантийным талоном. Без него невозможен бесплатный ремонт или замена изделия.

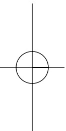
В случае возникновжния притензий по гарантии, предъявите изделие в **полнойкомплектации**, с **оригинальной упаковкой** и кассовым чеком торговой точке, продавшей это изделие.

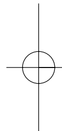
Дефекты изнашиваемых принадлежностей или трущихся деталей, а также чистка, техобслуживание или замена трущихся деталей не попадают под гарантию, и поэтому проводятся за отдельную оплату!

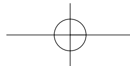
Гарантия теряется при вскрытии изделия посторонними лицами.

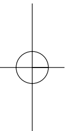
Технические данные

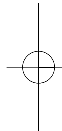
Модель:	PWI 4914 FA
Электропитание:	2 x 3 1,5V AAA
Мин. / макс. весовая нагрузка:	2 kg (4,4 lb./ 0,314 St:)– 150 kg (330,7 lb./23,62 St:)
Чистый вес весов:	2,4 кг

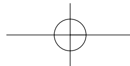


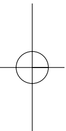


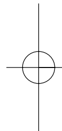


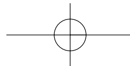












AEG **PWI 4914 FA**

GARANTIE-KARTE

Garantiebewijs • Carte de garantie
Certificato di garanzia • Tarjeta de garantia
Cartão de garantia • Guarantee card
Garantikort • Karta gwarancyjna • Záruční list
Garancia lap • Гарантийная карточка

PWI 4914 FA

24 Monate Garantie gemäß Garantie-Erklärung • 24 maanden garantie overeenkomstig schriftelijke garantie • 24 mois de garantie conformément à la déclaration de garantie • 24 meses de garantie según la declaratión de garantía • 24 meses de garantia, conforme a declaração de garantia • 24 mesi di garanzia a seconda della spiegazione della garanzia • 24 months guarantee according to guarantee declaration 24 måneders garanti i henhold til garantierklæring • 24 miesiące gwarancji na podstawie karty gwarancyjnej • Záruka 24 mésíců podle prohlášení o záruce • A garanciát lásd a használati utasításban Гарантийные обязательства – смотри руководство пользователя

Kaufdatum, Händlerstempel, Unterschrift • Koopdatum, Stempel van de leverancier, Handtekening • Date d'achat, cachet du revendeur, signature • Fecha de compra, Sello del vendedor, Firma • Data de compra, Carimbo do vendedor, Assinatura • Data dell'aquisto, timbro del commerciante, firma • Purchase date, Dealer stamp, Signature • Kjøpsdato, stempel fra forhandler, underskrift • Data kupna, Pieczątka sklepu, Podpis • Datum koupě, Razítko prodejce, Podpis • A vásárlási dátum, a vásárlási hely bélyegzője, aláirás Дата покупки, печать торговца, подпись

ETV
Elektro-technische
Vertriebsgesellschaft mbH
Industriering Ost 40
47906 Kempen

ETV

Elektro-technische Vertriebsges. mbH
Industriering Ost 40 • 47906 Kempen
Telefon/Telefax (0 21 52) 51 99 71